Skodsborg Restauranten
er stedet, hvor
Deres sundhed opbygges gennem
vegetarisk mad
råkost — diæter
Frokost – middag – à la carte.
Åben daglig kl. 11–19.
Lukket lørdag.
St. Kongensgade 36–38, mezz.

Frydenstrand Badesanatorium
Læge: Ejnar Eriksen.
Frederikshavn. Forl. prospekt og prisliste.

„VEGETARISK KØKKEN"
ODENSE — Kongensgade 39[2]
Byens sundeste mad
OVE JACOBSEN

Aktuelle bøger
Nye udgaver.
- **Elna Regner Andersen: Nordisk Reformkost for Sunde og Syge.** Kr. 5.00.
- **Kirstine Nolfi: Levende Føde.** Kr. 5.75.

Sendes pr. efterkrav eller mod frimærker.
H. Henningsens boghandel
Vesterbrogade 32 København V.



Landsforeningens mærkat.
Adresserne på **danske kiropraktorer** findes i Kraks vejvisers og telefonhåndbøgernes fagregister.

Lær esperanto,
det andet sprog for alle. Let at lære, udbredt over hele jorden. I Danmark afdelinger i de fleste byer. Komplet korrespondancekursus 10 kr. Nærmere oplysninger hos
Esperantistforeningen for Danmark
Knud Aa. Andersen, Onsild.

Foreningen til Værn for Værgeløse Dyr
opretholder i samarbejde med politimyndighederne et dyreinternat for hjemløse dyr.
Modtager og undersøger dyrplageri-anmeldelser.
Årskontingent 5 kr., medlemsbladet „Dyrets Værn" tilsendes medlemmerne gratis.
Indmeldelser modt. af kassereren
Frk. M. Dietrich,
Strandboulevard 79[4], Kbh. Ø.

LAURITS TH. SCHWENCKE
Nørrebrogade 189 — Taga 924
Valby Langgade 29 — Valby 1893
fører Den Sanitære Fødevarefabriks plantemargarine, grahamsbrød og øvrige specialiteter samt alt i kolonialvarer.

THOR MØLLERS BOGTR. KBH. PALÆ 7312

Gentoftegade 56 C St tv
Gentofte

Vegetarisk Tidsskrift

I dette nummer bl. a.:

Vegetarismens vanskeligheder og fremtidsopgaver
efter et foredrag af Kaj Dessau, sekretær i I. V. U., ved Rhinebeck-konferencen i U. S. A.

Vegetarernes modtagelighed for kræft og tuberkulose
Af N. Nielsen, formand for D. V. F.

Hvordan skal vi betale vore læger
af O. Bjarnesen

Lazarus,
hanen, der levede hovedløs i tyve dage

Køkkenkrogen
ved husholdningslærerinde fru E. Pille

Udgivet af Dansk Vegetarisk Forening
TRYKT I DANSK TIDSSKRIFTSTRYKKERI
43. årgang
nummer 7
juli 1949

Ren vegetabilsk margarine

Til underretning for Dansk Vegetarisk Forenings medlemmer skal vi meddele, at Den Sanitære Fødevarefabrik, Baldersgade 14, Kbh. N., som hidtil fuldt ud er i stand til at levere den rene, veg. plantemargarine og til samme pris som den øvrige margarine, hvori indgår et stort kvantum hvalolie. Margarinen leveres i pakker à ½ kg (portofrit ved aftagelse af mindst 5 pakker pr. gang) og kan foruden fra fabrikken også fås i forskellige forretninger (se annoncerne). Medlemskort (1949) må forevises. Fra provinsen opgives medlemskortets nr.

H. W.

Foreningens adresse er: Gentoftegade 56 C, st. tv., Gentofte. Tlf. Gentofte 1782 y (efter kl. 17). Postkonto 25656.

Samme adresse: Foreningens og Københavnsafdelingens formand og kasserer, repr. N. Nielsen, samt Vegetarisk Tidsskrifts ekspedition.

Vegetarisk Tidsskrifts redaktion: redaktør Axel Pille, Aalekistevej 61, 1., Vanløse, Damsø 4724 x.

Århus afdeling. Formand: Søren Juste, Læssøesgade 49, 1., Århus.

Fyns stifts afdeling. Formand: Georg Clausen, Hestehavevej, Hjallese, (Dalum 907).

Kontingent inkl. abonnement på Vegetarisk Tidsskrift og bidrag til evt. lokalforening: Enkeltmedlemmer kr. 7,00, ægtepar kr. 8,00, medlemmer under 20 år kr. 3,00.

Abonnement på bladet kr. 6,00. Kan bestilles hos postvæsenet eller bladets ekspedition.

Dr. Michael Larsens Vegetariske Børnehjemsfond's kasserer: Oluf Egerod, Bellahøj skole, Brønshøj, postkonto 282.

Vegetariske kursteder og restauranter i Danmark.

Vegetarisk Spisesalon, Borgporten 23², Århus.
Horseløkke Kurhjem, Fåborg.
Frydenstrand Badesanatorium, Frederikshavn.
Råkostkurstedet »Humlegården«, Humlebæk.
Skodsborg Restauranten, St. Kongensgade 36—38, mezz., København.
Hotelpension Klintsøgård, Klint pr. Nykøbing Sj. $^{15}/_{5}$ — $^{15}/_{9}$.
Vegetarisk Køkken, Kongensgade 39, Odense.
Sommerpensionatet »Mariehøj«, Orebyvej 43, Sakskøbing.
Pension »Birkedam«, Saunte.
Skodsborg Badesanatorium, Skodsborg.
»Eckbohus«, Bjerre Strand pr. St. Fuglede.
Råstrup Kursted, Christiansminde, Svendborg.
Vegetarisk Spisesalon, Nørregade 6, Vejle.

Køb og anvend foreningens mærkater. De sælges i pakker à 40 stk. for 1 kr. portofrit. Frimærker kan modtages som betaling.

Vegetarismens vanskeligheder og fremtidsopgaver

Det er udenfor al tvivl, at *Kaj Dessau*, sekretær i I.V.U., under sit ophold i De forenede Stater har udført et enestående agitations- og organisationsarbejde. Den konference i Rhinebeck, New York stat, som vi i sin tid omtalte, blev den første spire til sammenslutning af de amerikanske vegetarer, og i næste måned, 21.—27. august, holdes i Lake Geneva det første vegetariske »convent«, svarende til vore landsmøder. Ingen vil benægte, at det i første række er Kaj Dessaus fortjeneste, at dette kan ske.

Forhold, som redaktionen er uden skyld i, har bevirket, at vi først nu har modtaget referat af den store tale, Dessau holdt i Rhinebeck. Vi mener imidlertid, at vi skylder både Dessau og vore læsere at optrykke den. Med ganske få udeladelser gengives den her og i et følgende nummer.

Redaktionen.

For nøjagtigt 11 måneder siden forlod jeg Danmark for igen at besøge De forenede Stater, som i mine lykkelige studieår ved Cornell universitet kom til at betyde meget for mig. Mit besøg havde samme mål som dengang: Jeg kom for at lære om det nye indenfor frugtavl og havebrug, men denne gang har mine studier et langt videre sigte. Siden jeg forlod Amerika forrige gang, har jeg gennemået en alvorlig sygdom, og for første gang forstod jeg den sande betydning af et sundt helbred. Ligesom de fleste andre havde jeg betragtet sygdom som en af livets uadskillelige følgesvende, men nu opdagede jeg, at styrke og harmoni var en del af menneskets fødselsret. Jeg lærte, at enhver mand og kvinde havde ret til et vist kraftforråd, der kunne sikre dem sundhed fra vuggen til graven. Hvad det gjaldt om, var at lære, hvorledes man bevarede den. Jeg kom til en helt ny forståelse af livet, opfangede glimt af dets fundamentale love. Jeg blev vegetar, tilbragte min tid med at udforske denne nye verden, som havde åbnet sig for mig, og jo mere jeg fattede af den, des mere brændende blev mit ønske om at tjene vegetarismens store sag.

Her var der en bevægelse, der på grund af sin menneskelige kerne, dens fuldkomne harmoni med naturens egne love og dens iboende sunde sans syntes forudbestemt til at danne grundlaget for folkenes daglige liv. Hvorfor gjorde den det så ikke? Hvorfor havde de europæiske vegetariske foreninger, hvoraf de ældste havde eksisteret i over hundrede år, aldrig været i stand til at samle mere end en temmelig snæver kreds? At finde det rigtige svar på disse spørgsmål og komme til at stå overfor den nøgne sandhed — hvorledes så denne var — forekom mig at være af yderste vigtighed; thi helc vegetarismens fremtid ville afhænge af vor evne til at fatte denne sandhed og til klogt og dristigt at handle på langt sigt, ligegyldigt hvor store vanskeligheder vi møder.

Derfor planlagde jeg i 1945 en studierejse til seks nordeuropæiske lande og De forenede Stater for at forsøge at finde svarene ved hjælp af kontakt med personer og gennem personlige iagttagelser. For at undgå ensidighed besluttede jeg mig til at give min undersøgelse videst muligt omfang. Jeg ønskede

at opnå en rummelig oversigt over de vigtigste faktorer, der har indflydelse på vor sundhed og derfor er bestemmende for menneskers liv.

Det første skridt var at studere jordbunden, for jordens skæbne betinger menneskehedens skæbne. Jeg så resultater af organisk jordbrug og af brugen af kunstgødning. Jeg lærte noget om de store problemer i forbindelse med bevarelsen af jordens ydeevne og forsøgene på at gengive en usund jordbund dens sundhed. Jeg besøgte i hundredvis af frugtplantager og handelsgartnerier, så, hvorledes de fleste afgrøder blev fremstillet, så plukning, pakning og opbevaring, tørring, frysning og konservering af frugt og grønsager, studerede moderne salgsorganisation, både en gros og detail. Jeg besøgte de vigtigste gartneriorganisationer, landbohøjskoler og forsøgsstationer, talte med fremragende videnskabsmænd og dyrkere. Statistiske kontorer forsynede mig med materiale, der satte mig i stand til at beregne den nationaløkonomiske værdi af frugt og grønsager og den rolle, disse spillede i befolkningens daglige kost. Jeg studerede det ufødte barns, unges og gamles ernæringsproblemer, talte med fabrikanter af sundheds-fødevarer og fabrikanter af saftekstrakter og andre mekanisk fremstillede køkkenprodukter. Jeg besøgte vegetariske forretninger, restauranter og kursteder af enhver slags. Jeg opsøgte læger med modstridende synspunkter og inspicerede fødehjem, sundhedsskoler og sanatorier. Jeg studerede de amerikanske 4-H klubber og den meget interessante halvvegetariske Frisksport-bevægelse i Sverige. Jeg søgte kontakt med WHO i New York og med FAO i Washington og opsøgte de mænd og kvinder, der har gjort så meget for samfundet ved at studere by- og landlivets mange og vidtrækkende problemer, kolonier på andelsbasis, små centre med fælleseje, landlige klubber o. s. v. Jeg behøver næppe at tilføje, at min færden også bragte mig en rig høst af pjecer, tidsskrifter, flyveblade og bøger.

For at kunne vurdere de vanskeligheder, vegetarismen alle vegne møder, vanskeligheder, som hindrer dens fremgang og gør det meget svært for mennesker, der ikke er i besiddelse af en klippefast overbevisning, er det nødvendigt at få klarhed om, hvilke stærke kræfter i samfundet som helhed, der er fjendtlige overfor denne levemåde og derfor bekæmper den direkte eller indirekte med alle til rådighed stående midler.

Kirken er imod den. Dens budskab om kærlighed og barmhjertighed er sørgeligt beklippet. Den ser roligt til, mens millioner af uskyldige dyr dræbes dagligt. I krigstid velsigner den våbnene, der er bestemt til at lemlæste og udrydde mennesker, hvis hjem tilfældigt ligger på den anden side af en tilfældig grænse. Hvis denne moral er en målestok for den måde, hvorpå kirken fortolker Kristi liv og lære — hvorledes skulle den så nogen sinde blive i stand til at føre livet hernede op på et højere plan?

Videnskaben er imod den. For hvor mange af de ti tusinder af videnskabsmænd i alverdens laboratorier lever i det daglige efter de resultater, man er kommet til på ernæringsområdet? Må ikke det vigtigste og grundlæggende studium i alt vedrørende menneskeligt liv og vækst stå i forbindelse med menneskets naturlige føde, for at man kan finde ud af, hvilket bygningsmateriale der bedst passer til vort system eller svarer til dets bygning? Hvorfor har man da ikke undersøgt disse spørgsmål og klarlagt dem, hvorfor har man ikke fulgt de nåede resultater op? Er der nogen, som for alvor tror, at mennesket kan nå den højeste udvikling, hvis det går imod naturens love? Eller

tror man i direkte strid med al erfaring, at det vil være muligt at ændre menneskets indre, så det kan affinde sig med og fordøje vore dages kunstige og giftige føde?

Og hvorfor er ikke en hel masse videnskabsmænd i arbejde med at finde ud af det gensidige afhængighedsforhold mellem føde og karakter, føde og moral? Er dette ikke fundamentale spørgsmål af den største betydning i den enkeltes såvel som samfundets liv?

Videnskaben er blevet vænnet til at kalde et menneske, der er »normalt«, for sundt. Med andre ord, sundt er en betegnelse, der hentyder til et gennemsnitsmenneske blandt de såkaldte »ikke syge«. Baseret på sådanne »normale« personers reaktioner drages der vidtrækkende slutninger. Men disse slutninger er i sig selv forkerte, fordi et »normalt« menneske og et virkeligt sundt menneske slet ikke er det samme. Der er ingen videnskabsmand, der ville tænke på at begynde sine forsøg med snavsede reagensglas, og dette er netop, hvad det »normale« menneske må sammenlignes med i denne forbindelse. Verden venter stadig på en videnskab, der kan oplyse os om et virkeligt sundt menneskes opførsel og reaktioner.

Videnskaben er fjendtlig overfor vor bevægelse, fordi den i sin uendelige specialisering har mistet kontakten med helheden, med naturens storslåede og enkle love, fordi videnskaben altfor ofte ikke er fri i sine handlinger, og fordi videnskabsmændene beruset af deres stadigt voksende herredømme over tingene omkring dem glemmer at tage sig af deres egne liv.

Lægeprofessionen er imod vor sag. Hvem har i højere grad svigtet deres høje kald end de ortodokse læger? Af hvem kunne man med rette kræve større idealisme? Hvor er den sunde fornuft blevet af, når de, hvis pligt det er at våge over menneskenes sundhed, i deres lange forberedelsesår til denne ansvarstunge opgave lærer om sygdom og vold mod naturen i en sådan udstrækning, at der ikke bliver plads til noget som helst andet? Når de, som kræver monopol på at bestemme over millioners fysiske velfærd, ikke med hensyn til deres egne legemer har den sømmelighed at vise, hvad sundhed er? I Europa forlanger vi, at domstolens mænd, der skal dømme andre for deres begåede fejl, er frie, uafhængige af økonomiske og politiske bånd, men vi tolererer, at de lægelige dommere, der dømmer over vore legemer og sjæle, er bundet på hænder og fødder af truster, der har gjort folkenes sundhed til storforretning.

Læger kan ikke forhindre sygdom, for de kender ikke den virkelige betydning af sundhed. Således som de i nutiden er organiseret, danner de en af de stærkeste hindringer for anerkendelsen af vegetarismen og dens fremskridt.

Fødevareindustrien modarbejder vor sag, for dens grundlæggende princip er fødens forfinelse: at bearbejde råmateriale, skille det ud i dets enkelte dele eller forandre dets form. Den er hovedsagelig interesseret i at »forbedre« og »gøre mere indholdsrig«. Som supplement hertil udøver den stærkt pres på forbrugerne for at få dem til at købe, støttet af en servil videnskab og af en udstrakt reklame, der fylder vore aviser, ugeblade og tidsskrifter og skinger ud fra radioen.

Landbrugets interesser er imod os. Det, at der lægges så stor vægt på kødproduktion, gør videre kommentarer overflødige.

At frugtavlere og gartnere også tit er at finde i oppositionens lejr, forekommer mere mærkeligt, men fakta er, at de produkter, de i dag bringer på markedet, ikke er, hvad de burde være. Igennem det sidste halve århundrede har storproduktionen af frugt og grønsager spillet en voksende rolle, og ved udvælgelsen af sorter er vægten næsten udelukkende blevet lagt på fremavl af kvaliteter, der ville sikre maksimumsudbytte til maksimumsfortjeneste. Sådanne kvaliteter er modstandsevne overfor sygdom, evnen til at tåle opbevaring og transport over lange afstande, størrelse, vægt, kulør og smag. Derimod blev spørgsmålet om næringsværdi, som ikke nødvendigvis hænger sammen med de nævnte faktorer, ikke taget med i betragtning. Først fornylig har videnskaben begyndt at undersøge disse alvorlige og i sandhed paradoksale tilstande og har fundet ud af, at et folk kan sulte midt i tilsyneladende overflod. De maleriske diske, der bugner af fristende frugter og grønsager, er ikke altid, hvad vi tror. Vi har foretrukket kvantitet og smukt udseende for den kvalitet, hvis betydningsfulde egenskaber ofte er af en indre, usynlig natur. At finde frem til og beskrive denne skjulte næringsværdi er en af ernæringsvidenskabens vigtigste opgaver i vor tid.

Regeringen er imod vor sag. Den giver udtryk for flertallets tænkemåde. Hvor afhængig den kan være af kapitalinteresser, kan udledes af nogle officielle tal fra Danmark. I finansåret 1946—47 androg den samlede danske statsindtægt 1172 millioner kr. Af dette beløb udgjorde skat på tobak 200 mill., på øl 60 mill., på vin 72 mill. og på brændevin 111 mill. kr. Med andre ord repræsenterede skatten på forbruget af tobak og spiritus alene 38 pct. af landets samlede indtægt. Dette viser, i hvilken udstrækning den danske stat var afhængig af det umådelige salg og forbrug af tobak og alkohol for at kunne få balance på budgettet. Den samme statistiske kilde afslørede, at dødsfald som følge af svagt hjerte, kræft og fordøjelsessygdomme udgjorde 42 pct. af alle dødsårsager, alderdom og ulykkestilfælde medregnet. Regeringen understøtter med den ene hånd forholdsregler til forbedring af den offentlige sundhed, mens den med den anden plejer de interesser, der svækker befolkningens livskraft og er medskyldige i sygdom og for tidlig død. Hvor er den sunde fornuft i dette? Må vi virkelig dø tidligt, for at staten vedblivende kan leve?

Skoler og universiteter er imod sagen. Disse undervisningsanstalter er samfundskræfter, der afspejler statens og offentlighedens magt. Det kan man ikke ændre. De kræver disciplin og ensartethed, de er indrettet med det for øje at levere et vist »standardprodukt«. De tager intet hensyn til standpunkter, der fører udenfor den slagne vej, og gør sig ikke det besvær at lære andre sundhedsregler at kende end de, som er almindeligt anerkendte og knæsatte af en konservativ lægestand.

Endelig er familien og også vore venner imod os. Her trænger oppositionen sig ind på os. Vi kan ikke finde noget fristed, ikke engang indenfor hjemmets fire vægge. Besværlighederne er endogså større her end andetsteds. Undertiden bliver det en næsten håbløs kamp mod tradition og fordomme, mod pres, som udøves overfor vegetaren på alle mulige måder, nogle af dem helt utrolige. Tænk bare på den faderlige autoritet, på familiens drillerier eller vennernes forsøg på at isolere een.

Men kan der være noget mere tragisk end en moder, der af lutter uviden-

hed og efter uansvarligt råd, langsomt, men sikkert underminerer helbredet hos sine børn, på hvem hun ødsler sin uselviske kærlighed?

Hvad er der så tilbage, fristes man til at spørge, og med rette. Er der nogen del af vort samfund, der går ind for den vegetariske levevis? Hvorfor ikke se sandheden i øjnene: tanken om vegetarismen, dette uselviske ønske om at hjælpe mennesker til at løse et af livets vigtigste problemer, betragtes utvivlsomt af den overvældende majoritet i vor nordlige civilisation med mistro, frygt, smilende medynk eller en fuldkommen mangel på respekt og forståelse.

Her er altså vort udgangspunkt. Hvis vi tror på vor sags sandhed, hvis vi er villige til at kæmpe for, at den skal komme til at betyde noget i folkenes liv, så må det være vor første pligt grundigt og fordomsfrit at undersøge, om de vegetariske organisationer i deres nuværende udformning er i stand til at påvirke større lag af befolkningen.

Thi manden på gaden må gives nogle meget stærke grunde, hvis han skal gå over til at blive vegetar og forandre sin egen og sin egen families liv på så radikal vis. Det kræver ofte stor karakterstyrke og måske endda hensynsløshed at udføre en sådan beslutning. Det vil ikke altid være let at hævde den etiske bevæggrund, da de fleste kirker og religiøse samfund ikke anerkender den. Det økonomiske argument vil ikke vise sig af værdi før senere, når den nye levemåde er grundigt gennemprøvet i praksis. Sundhedsmotivet er på den anden side umiddelbart fristende, og det kan enhver se og forstå.

Lad os derfor antage, at manden på gaden kommer i kontakt med en vegetarisk forening for at søge oplysning og hjælp, besøger dens møder, læser dens tidsskrift og køber den passende litteratur. Hvad søger han? Sundhed på legeme og sjæl, større vitalitet, bedre økonomi, en klarere forståelse af livet og dets love, åndelig højnelse.

Men vegetarerne selv? Besidder de disse egenskaber? Står de hævet over ikke-vegetarer .. Er de lette at kende? Stråler de af sundhed? Taler deres handlinger for sig selv uden ord? Lever de efter deres lære?

Jeg er bange for, at svaret bliver benægtende. Vi, der er medlemmer af kredsen, kan let se, hvorfor det er således, for vi ved, at mange blev vegetarer for at redde deres liv, som var undermineret af sygdom, og at mange blev det for at redde dyr fra grusomhed. Men kun en lille minoritet har opnået fuldkommen sundhed og harmoni.

Hvis manden fra gaden derfor er skuffet over, hvad han hører og ser i den vegetariske forening, kan vi i virkeligheden ikke bebrejde ham noget. For så længe vegetarer ikke er i stand til at opbygge en bedre race med mere sundhedskraft, en finere tænkemåde, ædlere hjerter, vil de ikke være i stand til at finde venner nok for deres sag. *De må selv være det levende bevis.* Den, der har denne fine udstråling, som sand sundhed og harmoni omgiver en person med, ved, at således er det, og at her har man den eneste vej til en mulig sejr.

For tiden er de vegetariske foreninger ikke organiseret på en sådan måde, at de bidrag, de kunne yde samfundet, ville blive af varig værdi. Deres program ligger på et højt idealistisk plan; men deres ønske om at forbedre menneskenes kår vil kun være en tom skal, så længe de er ude af stand til at værksætte og fuldføre store og gode handlinger, der får menneskene til at standse og tænke. Deres handlinger ligger ikke på et tilstrækkeligt højt plan.

lndre stridigheder om forhold, der forekommer forholdsvis ubetydelige, når helheden tages i betragtning, skiller dem. De bliver ofre for snæversyn, hvor storsind ikke blot er en dyd, men en absolut nødvendighed, hvis arbejdet skal bære frugt.

Der er ført lange og endeløse diskussioner om, hvilken kost, der er den bedste og hvorfor. Men eftersom vi lever under de samme naturlove og begrebet »menneskets naturlige føde« er *en kendsgerning*, ville vi sikkert alle have gavn af at forsøge på at nærme os dette ernæringsideal så meget som muligt. Og der burde ikke være nogen som helst gnidninger mellem vegetarer af etiske og vegetarer af sundhedsmæssige grunde. Når alt kommer til alt, er legemet nødvendigt til at rumme sjælen, mens vi lever på jorden. Hvorfor så ikke straks fra undfangelsens første øjeblik bestræbe sig for at bygge dette åndens tempel af de reneste og bedste naturlige materialer? Men hvem kan sige, hvor ånden ophører og materien begynder? Er der noget andet for os at gøre end uophørligt arbejde på at opnå harmoni mellem legeme og sjæl? Vi kan alle lære af hinanden, vi trænger alle til hjælp.

Nej, de vegetariske foreninger er ikke i stand til at tage den kamp op, der venter os. Desuden er det kun få af dem, der har pengemidler af nogen betydning til rådighed, og kun et par af dem har selvstændige kontorer med en fast stab. Men hvordan skulle vi kunne opnå fremgang i kampen mod en pengestærk majoritet i sluttet falanks, så længe der ikke er penge til rådighed for kampen og ingen midler til at sikre de gode kræfters varige hjælp?

Hovedopgaven må blive at give folk en chance for at få klarhed over, hvad vegetarismen virkelig går ind for, hvad den vil kæmpe for. Ikke een af tusinde opnår en sådan chance.

Selv indenfor vegetarernes egne rækker er der mange, som ikke er klar over, hvilken vældig forandring overgangen til en naturlig levemåde vil betyde i samfundets opbygning.

Der ligger en dynamisk kraft i vegetarismen, mange af vore mest fremtrædende modstandere føler det og handler i henhold dertil. Det er derfor, vi må forberede os selv på kampen.

Den vegetariske bevægelse er nået til en korsvej. Dens skæbnetime er ved at komme. Den må vælge. Vil den fortsætte sin beskedne tilværelse, som meget godt gik an for et hundrede år siden, eller vil den ruste sig til handling og møde livets udfordring? Vil den sætte sig selv nye mål og opbygge en organisation, der kan hjælpe de tusinder, som venter på sundhed og livsharmoni?

Vegetarismen må blive en virkelig kraft i folkenes liv, den må ved sit eget eksempel vise vejen for andre. En civilisation, der umuliggør en fuldstændig, direkte og varig kontakt med de naturens kræfter, der er bestemmende for livet på vor planet, må dø. Sådan er loven. Vegetarismen anerkender det og ved, at intet kompromis er muligt. Ufuldstændig kontakt kan kun føre til et ufuldstændigt liv. Ville det ikke være toppunktet af galskab at nøjes med det?

Har der nogensinde været en tid, hvor vor indsats var mere nødvendig eller lejligheden til at øve den gunstigere?

Det synes, som om alt i dag er et råb om handling. Videnskabens resultater bekræfter i stigende grad de sandheder, vor lære rummer, den konservative lægevidenskabs manglende evne til at standse sygdommenes hærgninger

bliver bestandigt tydeligere, og de alvorlige politiske forhold i verden bringer folkene nærmere det øjeblik, da de uundgåeligt tvinges til at bruge deres sunde fornuft, forandre deres gammeldags landbrugsmetoder og give deres høst til mennesker i stedet for til kvæg.

Vi har kundskaber nok, litteratur nok, erfaring nok, der er ingen grund til at vente på resultatet af store forsøg eller håbe på nye opdagelser. De kilder, vi benytter i vort arbejde: sol, luft, vand, frugt og det grønne blad står til vor rådighed i uudtømmelig mængde.

Det er sandt, at vi mangler de finansielle midler. Vor pengekiste er tom, og vi vil erobre verden. Men hele den menneskelige race vrider sig i smerte. Døden er blevet en tidlig gæst i alle hjem, egoismen vandrer så ubarmhjertigt omkring blandt menneskene, og livet er blevet forvandlet til en så tåbelig karikatur, at verden ikke kan afstå fra at hjælpe dem, der uselvisk og med myndighed vil arbejde på at få fremskaffet en klar og samlet plan — en plan, der vil åbne vejen til naturens helbredende kræfter og gengive livet dets sande indhold.

Vi kender ikke vor egen styrke, vi ved ikke, hvor mange skjulte venner, vi har. For vi har aldrig samlet alle, som hylder vore tanker, i een fast sammentømret organisation. Derfor står vi i dag overfor en stor og betydningsfuld opgave.

(Fortsættes).

Hvordan skal vi betale vore læger?

Må det være mig tilladt at komme med en lille bemærkning i anledning af artiklen »Bør lægestanden socialiseres?«

Det, jeg er standset ved, er gengivelsen af dr. Hindhedes udtalelse: »Idealet var jo, at folk lærte at leve sundt, at lægerne blev overflødige. Men kan man forlange, at lægerne skal gøre sig altfor store anstrengelser, for at dette mål kan nås? Kan man tænke sig andre forretningsmænd, der ville stile mod økonomisk ruin for at gavne kunderne?«

Endvidere skriver artiklens forfatter, N. N., at »forholdet er vendt på hovedet«.

Særlig denne sidste bemærkning fik mig til at tænke på, at det en gang er blevet mig fortalt, at man i Kina lønner lægerne på den måde, at de får et vist beløb pr. år for de raske mennesker i deres distrikt, medens de intet får for dem, der går hen og bliver syge.

Om rigtig eller ikke ligger der noget meget tiltalende i en sådan ordning, som nok skal få lægen til at gøre alt for at få de syge raske igen.

Spørgsmålet er naturligvis ikke så ligetil som ovenfor skitseret, men kunne det under en eller anden form bringes frem, helst for rigsdagen, ville den opmærksomhed, det ville vække, gøre sin virkning, selvom forslaget faldt igennem.

O. Bjarnesen.

Blot en lille bemærkning for at gøre opmærksom på, at kineserne desværre ikke er visere med hensyn til betaling af deres læger, end vi er.

Red.

Vegetarers modtagelighed for kræft og tuberkulose,

der omtaltes i dr. *Oluf Poulsens* vidtfavnende doktordisputats om de ydre årsager til kræft, blev også et hovednummer i pressens referater af det mundtlige forsvar for disputatsen, der fandt sted den 16. juni. Her fremførte overlæge *Andersen*, Skodsborg Badesanatorium, at doktorandens påstand, at vegetarer har samme modtagelighed for kræft som den øvrige befolkning, var baseret på et forkert grundlag, idet dr. Poulsen var gået ud fra, at alle adventister var vegetarer, medens overlægen mente, at højst 10 pct. var vegetarer.

Ligeledes afviste overlægen dr. Poulsens påstand, at en højere dødelighed blandt yngre adventister skulle skyldes vegetarisk levevis. Af de 9 ham bekendte tuberkulosedødsfald blandt yngre adventister var *intet* blandt vegetarer.

Også de officielle opponenter ankede over, at doktorandens konklusioner var baseret på et for spinkelt grundlag.

Fru *Alma Nissen* benyttede dristigt lejligheden til et fremstød for råkosten. Hendes udtalelser angik så stærkt egne erfaringer, at det, der burde være sagt, ikke kom frem: At selv om almindelig vegetarisk kost gav de af præses anførte resultater, så ville råkost sandsynligvis give ganske andre.

N. Nielsen.



En dr. med. har udtalt, at vegetarisk kost rummer visse farer.
(Jyllandsposten)

Lazarus

Den 2. april købte mrs. *Green*, en meget religiøs negerinde, en hovedløs hane på torvet i Los Angeles. Da hun kom hjem, sprang Lazarus ud af kurven og løb omkring i køkkenet. Mrs. Green mente, at det var Gud, der havde grebet ind, og kunne ikke koge suppe på Lazarus, hvorfor hun begyndte at fodre den med æg og mælk gennem halsstumpen. Den syntes at trives på kosten — tog endda på i vægt. Det påvirkede mrs. Green i den grad, at hun aflagde et løfte om, at hun aldrig mere ville spise høns igen.

Lazarus' uvilje mod at være død skabte imidlertid snart problemer. Myndighederne greb ind og gav ordre til, at hanen skulle aflives en gang til. Mrs. Green afslog det. Hun mente, at Gud måtte have et formål med at lade den leve. Sundhedspolitiet bemægtigede sig nu hanen, da den opholdt sig hos

en dyrlæge Ross, som var ven med mrs. Green; men i et retsmøde gik begge parter ind på, at hanen blev overdraget til en neutral dyrlæge ved et dyrehospital. Mrs. Green var dog ikke indforstået med dette, hun anlagde erstatningssag og forlangte 2500 dollars. Dommeren optog nyt forhør, og mrs. Green fik Lazarus tilbage; men nu tog sundhedspolitiet hårdere fat og meddelte mrs. Green, at hvis hanen ikke blev aflivet i løbet af 12 timer, ville hun blive anholdt for overtrædelse af dyreværnsloven.

Lazarus kom dog ikke ud for en ny henrettelse — den faldt omkuld og var død — efter at have levet hovedløs i 20 dage.

Også herhjemme sker det, at høns bliver slagtet så modbydeligt letsindigt, at de kan løbe hovedløse omkring. Jeg erindrer endda en putkræmmer, som morede børnene ved at få hønsene til at løbe omkring således.

A. P.

Cigaretrygeren — samfundets støtte

Det er almindelig kendt, at finansminister *H. C. Hansen* ved et møde i Ålborg udtalte, at cigaretrygere er samfundets støttepiller, for hvem der burde rejses en mindestøtte.

Fhv. indenrigsminister *Bertel Dalgaard* knyttede ved et andet møde til denne udtalelse følgende kommentarer:

»Mon ikke finansministerens skøn over, hvad der bærer samfundet, er lidt for overfladisk. Den unge mand, der fra sit 15. til sit 25. år ryger 20 cigaretter om dagen og formøbler 10.000 kr., og som mangler disse penge den dag, han skal sætte bo, fortjener ingen mindestøtte, og man kan være ganske sikker på, at det er de unge, der ryger lidt mindre og i stedet konsoliderer deres fremtid, som først og fremmest kommer til at bære samfundet.

Og finansministeren skal også nok i det lange løb stå sig bedst ved en ungdom, der forstår at holde måde. Jeg gør Gladstones ord til mine, den store engelske statsmand sagde, da man spurgte ham, hvad han ville sige til, at spiritusskatten blev forhøjet, og man var bange for, at samfundet ikke kunne bære det: Giv mig et ædrueligt folk, så skal jeg nok klare finanserne!«

Råstrup kursted venner

har afholdt årsmøde den 29. maj. Af beretningen fremgår, at der sidste år var fuldt hus lige fra 10. juni til langt hen på efteråret. Blandt hjælperne var også en husholdningslærerinde, der ville se, om husholdningen var bedre end den, der læres på husholdningsskolerne. Desværre fortælles det ikke, hvad resultat hun kom til.

Fru *Haahr* fortæller også, at hun i vinter havde sin broder, der var angrebet af koldbrand i højre ben og af lægen i Hjørring dømt til at få det sat af, liggende som patient, og at man var glade for at se ham komme sig.

Indmeldelserne til denne sommer begyndte at komme allerede ved nytårstid, og på nuværende tidspunkt er der selvfølgelig igen fuldt hus.

Eckbohus

Frk. *Marg. Olsen* holder »sommerferie« i sit hus på Bjerre Strand med 27 børn, hvoraf en del kommer fra hospital med den deraf følgende passive livsindstilling: de venter på en indsprøjtning — så er alt ordnet!

Hun har sikret sig den rigtige medhjælp, men skriver: »Skaf os nogle penge, for vi har flest fattige gratister med i år.«

N. Nielsen.

En jernbanemand i ikke-ryger kupé

Det er åbenbart ikke blot vegetarer, der har svært ved at få ikke-ryge forbudet respekteret i statsbanernes mere renluftede kupeer. Selv banernes egne funktionærer kan åbenbart komme ud for det. Det ser man af en artikel i »Passage«, der redigeres af trafikassistent *E. Bjerregaard* og er medlemsblad for trafikmedhjælperklubben. Artiklen lyder:

»Jeg ryger ikke, og derfor rejser jeg så vidt muligt altid i togenes ikke-ryger afdelinger. Således også for nogen tid siden mellem Korsør og København. I samme kupé var da et ældre ægtepar.

Undervejs kom et selskab på fem individer ind i kupeen, så sig omkring og bemærkede til hinanden: »Nå, det er nok ikke-rygere«, hvorefter de straks tændte visse røgudviklingsapparater.

Den ældre herre protesterede, men blev næset af med den besked, at vi levede vel i et demokratisk samfund, at han vel kunne rette sig efter flertallet, og at de iøvrigt var ligeglade med en gammel kværulant.

Det muntre selskab nåede, inden en togbetjent dukkede op, at forpeste luften i kupeen, svine gulvet til med papir, aske og afgnavede æbler.

Så blev sagen da forelagt for denne repræsentant for statsbanerne, og han fældede på stående fod sin dom: »Selvfølgelig har flertallet ret!!!«

Jeg korsede mig i stilhed (jeg bryder mig ikke om at give mig til kende som jernbanemand, når jeg kan slippe for det).

Denne — og desværre flere lignende — oplevelser er baggrunden for et lille forslag.

Efter min mening bør der nemlig gøres noget meget effektivt for at få dette rygeforbud overholdt. (Dette er ikke ment som en stillingtagen til antallet af ikke-ryger kupeer).

Dansk Vegetarisk Forenings årsmøde 1949

er fastsat til søndag den 4. september og finder sted på Skodsborg Badesanatorium. Vi forventer at kunne byde på fællesspisning, og at skoleinspektør *Egerod* vil kunne fortælle os interessante ting fra sit halvårige ophold i Amerika.

Nærmere program i augustnummeret. *Bestyrelsen.*

Prøv blot i Sverige, i Schweiz eller i Holland at lade hånt om et sådant opslag. Man skal da snart få en tilrettevisning.

Vi burde derfor snarest:

1) gennemføre en propagandakampagne mod overtræderne, tildels med togpersonalets hjælp, idet det burde pålægges at påtale enhver overtrædelse.
2) Derefter — f. eks. efter to måneders forløb — indføre en skrappere fremgangsmåde med større bøder. I biograferne koster det 50 kr. at overtræde forbudet. Dette beløb ville sikkert også være passende for DSB.
3) Instruere togpersonalet om at påtale enhver overtrædelse og lade trafikinspektørerne påse, at det blev overholdt, således at der blev skredet ind overfor ligegyldighed fra dette personales side.

Vi er nemlig nogle stykker, der meget gerne ser, at vore tog kan måle sig med de svenske, og her er et lille punkt, hvor en absolut forbedring vil kunne gennemføres uden omkostninger.

Frænde er frænde værst!

Hvor ofte har ikke vi vegetarer i de forløbne år haft lejlighed til at konstatere dette! Hvor ofte har vi ikke sagt til os selv og sagt til hverandre, at om den energi og den tid, der anvendes til at lufte særmeninger og forfægte personlige synspunkter, i stedet blev benyttet til propaganda udadtil for vegetarismens grundideer, så ville vi have langt flere tilhængere og kunne have opnået betydelig større indflydelse på den offentlige mening, end vi har.

I en artikel »Fra Waerlandfronten« af Are Waerland i julinumret af hans månedsmagasin læser man med glæde om den store tilslutning til hans foredrag både i Norge og Sverige og om den fart, han formår at sætte i agitationen for en fornuftig vegetarisk levevis. Enhver vegetar vil jo indrømme, at Waerlands diætreform er et mægtigt fremskridt, selv om der tilføjes, at kruska er ikke det eneste saliggørende.

Men artiklen skæmmes af hadske udfald mod meningsfæller, der ikke fuldt ud slutter sig til A. W. — udfald, der gør en stor mand meget mindre. Lad os se bort fra de hånlige bemærkninger om »buddingvegetarerne« — A. W. burde vide, at disse vegetarer før eller senere går ind for den enkle kost, at »buddingvegetarismen« ofte er et første skridt på vej fra kødkost til idealføde. Men A. W. synes i Oslo at have mødt Nolfitilhængere, der har vovet at modsige ham. Muligvis har det været Nolfianere »mere kongeligtsindede end kongen«, ligesom man jo også har truffet begejstrede Waerlandister, hvis påstande A. W. næppe ville godkende. Denne modsigelse har fået A. W. til at føle sig beretiget til at fremsætte bemærkninger om dr. Nolfis »af stædighed begrænsede synsvidde«, om hendes skyklapper for øjnene osv. osv.

Og hvad er det så, der i diætspørgsmål skiller disse forkæmpere for en ernæringsreform af så uhyre betydning og med så store muligheder for at vinde udbredelse med sådanne hver for sig så dygtige agitatorer?

(Forts. s. 110)

Køkkenkrogen

Første ret skal være en råkostsalat, f. eks. spinatsalat.

Til 4 personer tages 3 store håndfulde spinat, som befries for rod og evt. dårlige blade. Stilkene er også spinat og forbliver på. Efter skylning skæres spinaten, ikke for fint, på brædt. Et salathoved skylles og bruges til at lægges uden om den mørkegrønne spinat.

Marinade piskes sammen af 3 spsk. olie (i mangel heraf fløde), 1 spsk. citronsaft og ganske lidt sødemiddel, helst honning. En smule dild og revet løg blandes i og, hvis man kan skaffe det, også en anelse salvieblade, fint hakket.

6—8 radiser snittes fint ned i det grønne. Hvis toppen er pæn på radiserne, og man ikke er imod den stærke smag, kan den snittes med.

Spinaten vendes i marinaden og arrangeres med salatbladene.

Efter at have hørt dr. Hesselinks foredrag kan man dårligt være bekendt at komme med en kogt ret! Men hvem der endnu ikke har hørt og læst dr. Hesselinsk eller dr. Nolfi, kan jo roligere give sig til at lave en gratin med blomkål og nye gulerødder.

Dejgen laves af 100 g mel, røres til en jævning med ca. 3—4 dl mælk eller urtevand og opvarmes under piskning, tages af ilden. 50—75 g margarine røres i og 2—3 sammenpiskede æg. Bages i ovn eller vandbad 1 time.

Server nye kartofler med persille og jævnet sauce eller smeltet margarine til.

E. Pille.

Jo, Nolfi holder på frisk mælk, medens A. W. lovpriser den sure. Nolfi giver sine patienter rå æg (som en kompensation for kødet, de fleste er vant til), men A. W. fordømmer al ægspisning. Nolfi holder på rå kartofler, men A. W. vil have dem kogt. Begges anskuelser kan der argumenteres for, men striden er til stor skade for et fremstød for de *fælles* synspunkter, og der tillægges sikkert stridspunkterne en altfor stor betydning. Man synes at glemme, at selv om mælk, hvad enten den nydes sød eller sur, er et godt fødemiddel, så er den fra naturens side bestemt for kalve, og når den indgår i en reformdiæt, så er det som erstatning for naturprodukter (f. eks. nødder, mandler osv.), som vi ikke kan fremskaffe her i norden. Og med hensyn til kartoflen bør det huskes, at også den er en kompensation for de stivelsesholdige (sukkerrige) frugter (f. eks. bananer, dadler osv.), som er uden for vor rækkevidde — havebrugskonsulenten har nok ret i sin påstand, at hvis kartofler var vor naturbestemte føde, så havde vi også fået svinets tryne til at rode dem op af jorden med.

Om forkæmperne for fremtidens menneskeføde blot ville lægge større vægt på det, de er enige om, i stedet for at fremhæve meningsforskellene, ville meget være vundet for *sagen*.

H. Nielsen.

Lidt af hvert

Vegetarianen
har bragt en lykønskning i anledning af vor landsformand, repræsentant *N. Nielsens* 60-årsdag og skriver i den anledning: »Han har i mange år været den drivende kraft og organisatoren indenfor D.V.F. Nielsen er besjælet af en stærk energi og er en mand, som ved, hvad han vil.«

Svenska vegetariska föreningen
afholder sit årsmøde i Örebro den 3.—4. september. Lørdag bliver der en offentlig festlighed med taler af docent *Georg Borgström*, redaktør *Niels Ekberg* og fru *Elsa Stuge*, sang og gymnastikopvisning. Om søndagen drøftes foreningens anliggender.

Solbærsaft i stedet for levertran.
På konservesfabriken »Rico« i Ringsted har man, som den første fabrik i Danmark, påbegyndt en fremstilling af solbærsaft efter en helt ny fabrikationsmetode, hvorved man bevarer solbærrenes naturlige værdier. Saften bliver derved så vitaminrig, at den kan bruges i stedet for levertran. I England bruger man således saften på hospitaler, og den sælges kun fra apoteker.

Husbestyrerinde, 38 år, søger stilling i et hjem, hvor husmoderen savnes. Bill. mrk. 28 til Vegetarisk Tidsskrift.

Det ny
„Sol og Sundhed"
Det kendte danske nudistblad er nu betydeligt forbedret, og De bør sikre Dem et prøvenummer. Kr. 1,50 (frimærker).
„Sol og Sundhed", Klostervej, Ry.

Horseløkke Kurhjem ved Fåborg
modtager gæster til hvile og rekreation under rolige forhold. Centralv., rind. vand, smuk beliggenhed, strand, stor have. Vegetarisk mad, råkost, diæter. Telefon Fåborg 184.
Nanna og N. Brødsgaard Pedersen.

SKODSBORG
BADESANATORIUM
Fysisk-diætetisk kuranstalt med medicinsk klinik.
Behandling af rheumatiske lidelser, sygdomme i mave og tarm, stofskifte, hjerte og nervesystem m. m.
Forlang prospekt. Tlf. Skodsborg 200.

Landsorganisationen
Lejrklubben for Danmark
(stiftet 1926)
Denne sammenslutning af lejrsportsfolk har til formål på ideelt grundlag at fremme det sunde, velordnede og samfundsgavnlige lejrliv ved oprettelse af lejrpladser og afdelinger overalt i Danmark. Oplysning:
M. Bode, Nr. Frihavnsgade 94, Kbh. Ø.

»SANA« Godthåbsvej 62 - Go. 4290
Udsalg fra
Den Sanitære Fødevarefabrik
Ren plantemargarine, grahamsbrød og andre specialiteter

RAASTRUP KURSTED
(ved Christiansminde, SVENDBORG)
Modtager gæster til ferie, hvile og behandling.
ANNA ULLERUP HAAHR . Tlf. Svendborg 755

Skodsborg Restauranten
er stedet, hvor
Deres sundhed opbygges gennem
vegetarisk mad
råkost — diæter
Frokost – middag – à la carte.
Åben daglig kl. 11–19.
Lukket lørdag.
St. Kongensgade 36–38, mezz.

Frydenstrand Badesanatorium
Læge: Ejnar Eriksen.
Frederikshavn. Forl. prospekt og prisliste.

„VEGETARISK KØKKEN"
ODENSE — Kongensgade 39²
Byens sundeste mad
OVE JACOBSEN

Aktuelle bøger
Nye udgaver.
- **Elna Regner Andersen: Nordisk Reformkost for Sunde og Syge.** Kr. 5.00.
- **Kirstine Nolfi: Levende Føde.** Kr. 5.75.

Sendes pr. efterkrav eller mod frimærker.
H. Henningsens boghandel
Vesterbrogade 82 København V.



Landsforeningens mærkat.
Adresserne på **danske kiropraktorer** findes i Kraks vejvisers og telefonhåndbøgernes fagregister.

Lær esperanto,
det andet sprog for alle. Let at lære, udbredt over hele jorden. I Danmark afdelinger i de fleste byer. Komplet korrespondancekursus 10 kr. Nærmere oplysninger hos
Esperantistforeningen for Danmark
Knud Aa. Andersen, Onsild.

Foreningen til Værn for Værgeløse Dyr
opretholder i samarbejde med politimyndighederne et dyreinternat for hjemløse dyr.
Modtager og undersøger dyrplageri-anmeldelser.
Årskontingent 5 kr., medlemsbladet „Dyrets Værn" tilsendes medlemmerne gratis.
Indmeldelser modt. af formanden
Fru B. Dethlefsen
Smallegade 54, København F.

LAURITS TH. SCHWENCKE
Nørrebrogade 189
Taga 924
Valby Langgade 29
Valby 1893
fører Den Sanitære Fødevarefabriks plantemargarine, grahamsbrød og øvrige specialiteter samt alt i kolonialvarer.

THOR MØLLERS BOGTR. KBH. PALÆ 7312

Hr N Nielsen
Gentoftegade 56 C St tv
Gentofte

Vegetarisk Tidsskrift

I dette nummer bl. a.:

Årsmødet

Vegetarismens vanskeligheder og fremtidsopgaver
efter et foredrag af Kaj Dessau, sekretær i I. V. U., ved Rhinebeck-konferencen i U. S. A.

Et indlæg, der ikke blev optaget
af havebrugskonsulent H. Mosegaard

Nu ved vi altså, hvor vi har ham

Også eksport af »videnskaben«
af havebrugskonsulent H. Mosegaard

Køkkenkrogen
ved husholdningslærerinde fru E. Pille

Udgivet af Dansk Vegetarisk Forening
MEDLEM AF FORENINGEN AF DANSKE UGEBLADE, FAGBLADE og TIDSSKRIFTER

43. årgang
nummer 8
august 1949

Ren vegetabilsk margarine

Til underretning for Dansk Vegetarisk Forenings medlemmer skal vi meddele, at Den Sanitære Fødevarefabrik, Baldersgade 14, Kbh. N., som hidtil fuldt ud er i stand til at levere den rene, veg. plantemargarine og til samme pris som den øvrige margarine, hvori indgår et stort kvantum hvalolie. Margarinen leveres i pakker à ½ kg (portofrit ved aftagelse af mindst 5 pakker pr. gang) og kan foruden fra fabrikken også fås i forskellige forretninger (se annoncerne). Medlemskort (1949) må forevises. Fra provinsen opgives medlemskortets nr. *H. W.*

Foreningens adresse er: Gentoftegade 56 C, st. tv., Gentofte. Tlf. Gentofte 1782 y (efter kl. 17). Postkonto 25656.

Samme adresse: Foreningens og Københavnsafdelingens formand og kasserer, repr. N. Nielsen, samt Vegetarisk Tidsskrifts ekspedition.

Vegetarisk Tidsskrifts redaktion: redaktør Axel Pille, Aalekistevej 61, 1., Vanløse, Damsø 4724 x.

Århus afdeling. Formand: Søren Juste, Læssøesgade 49, 1., Århus.

Fyns stifts afdeling. Formand: Georg Clausen, Hestehavevej, Hjallese, (Dalum 907).

Kontingent inkl. abonnement på Vegetarisk Tidsskrift og bidrag til evt. lokalforening: Enkeltmedlemmer kr. 7,00, ægtepar kr. 8,00, medlemmer under 20 år kr. 3,00.

Abonnement på bladet kr. 6,00. Kan bestilles hos postvæsenet eller bladets ekspedition.

Dr. Michael Larsens Vegetariske Børnehjemsfond's kasserer: Oluf Egerod, Bellahøj skole, Brønshøj, postkonto 282.

Vegetariske kursteder og restauranter i Danmark.

Vegetarisk Spisesalon, Borgporten 23², Århus.
Horseløkke Kurhjem, Fåborg.
Frydenstrand Badesanatorium, Frederikshavn.
Råkostkurstedet »Humlegården«, Humlebæk.
Skodsborg Restauranten, St. Kongensgade 36—38, mezz., København.
Hotelpension Klintsøgård, Klint pr. Nykøbing Sj. 15/5 — 15/9.
Vegetarisk Køkken, Kongensgade 39, Odense.
Sommerpensionatet »Mariehøj«, Orebyvej 43, Sakskøbing.
Pension »Birkedam«, Saunte.
Skodsborg Badesanatorium, Skodsborg.
»Eckbohus«, Bjerre Strand pr. St. Fuglede.
Råstrup Kursted, Christiansminde, Svendborg.
Vegetarisk Spisesalon, Nørregade 6, Vejle.

Køb og anvend foreningens mærkater. De sælges i pakker à 40 stk. for 1 kr. portofrit. Frimærker kan modtages som betaling.

ÅRSMØDET 1949

Dansk Vegetarisk Forenings ordinære generalforsamling afholdes *søndag den 4. september kl. 11,00 pr. på Skodsborg Badesanatorium* (Tog fra hovedbanegården kl. 10,05, eller S-tog 9,55 og bus fra Klampenborg 10,25).

Dagsorden:

1. Valg af dirigent.
2. Formanden aflægger beretning og regnskab for året 1. juli 1948—30. juni 1949.
3. Valg af formand, 4 bestyrelsesmedlemmer, 2 suppleanter, 2 revisorer og 2 revisorsuppleanter.
4. Fastsættelse af kontingentet for 1950 og valg af sted for næste årsmøde.
5. Beretning og regnskab for »Dr. Michael Larsens børnehjemsfond«.
6. Regnskabsaflæggelse for »Jens Nielsens fond til fremme af arbejdet for vegetarismen«.
7. Eventuelt.

Husk: Ethvert medlem kan lade sig repræsentere ved et andet medlem. Fuldmagter indsendes eller afgives til formanden.

Kl. 12,30: *Frokostpavne.* Tag madpakke med. Drikkevarer kan købes.

Kl. 14,00: *Foredrag af dr. Jens David Henriksen: Kræft og tuberkulose i søgelyset. Bemærkninger til dr. Oluf Poulsens disputats.*

Derefter havetur, hvorefter *skoleinspektør Oluf Egerod* vil berette om indtryk fra sit halvårsophold i De Forenede Stater.

Bestyrelsen.

Skodsborg er et dejligt sted for årsmødet, og medlemmerne bør møde talrigt ikke blot til de interessante foredrag (tag venner og bekendte med), men også til generalforsamlingen for ved nærværelse, ved kritik og direktiver og ved stemmeafgivning at tage del i foreningens virke og bidrage til valg af den rette ledelse.

Formanden.

Vegetarismens vanskeligheder og fremtidsopgaver

Vi bringer her slutningen af *Kai Dessaus* foredrag ved Rhinebeck-konferencen.

Må jeg have lov til at fortælle Dem lidt om, hvorledes jeg tænker mig den fremtidige organisation af den vegetariske bevægelse? Det er en plan, der kan anvendes både her og i Europa, en plan, der lige så godt kan anvendes i England som i Danmark, fordi menneskelige problemer, stort set, er de samme overalt. Jeg ser således på det, at dette er det mål, vi bør sætte os, men et afgjort brud med tidligere vaner vil være nødvendigt, for denne nye organisation vil stille sig midt i tidens travle liv. Den skal være med i produktion og handel, i opdragelse og oplæring, ved arbejdet og i fritiden. Den skal arbejde for syge og sunde, og den skal gennem nationalt og internationalt samarbejde skabe sin egen stærke og uafhængige økonomi.

Vegetarismen har ikke råd til at blive ved at vente og se, om »andre« vil gøre det eller det, eller vente, indtil »forholdene« eventuelt bedrer sig. Den må begynde nu, for sig selv og på sit eget ansvar, at udføre de handlinger, der kan fremme dens tanker. Vi kan ikke forvente, at vore synspunkter skal vinde sympati i videre kredse eller vore resultater afvinde respekt, før vi virkelig i praksis, med klare løsninger beviser betydningen af den levemåde, vi går ind for. Hidtil har vi holdt til i andres huse, lad os nu bygge noget op helt fra bunden uden nogen kompromisser, selv om vejen vil blive lang og anstrengende, og dermed vise verden vort sande ansigt. Kald dette en drøm, en verdensfjern og fantastisk tanke, tanken er dog handlingens ophav.

Den første betingelse for at virkeliggøre denne plan er, at den nye amerikanske sammenslutning står sammen om sit banner og bliver samlingsstedet for alle vegetarer og alle andre, der er interesseret i at blive medlemmer eller lære den vegetariske levemåde at kende — uanset deres bevæggrunde og synspunkter, uanset alder, køn, race eller tro, national eller politisk overbevisning. Men foreningen som sådan må være neutral. Den må aldrig lade sine handlinger diktere af nogen bestemt religiøs eller politisk retning. Den må altid være et forum for fri diskussion om alle menneskelige problemer, herunder også sådanne, der ikke umiddelbart vedrører vegetarismen. Sundhed, denne uvurderlige gave, som vi stræber efter at eje, må blive et middel for os, ikke et mål i sig selv.

Den næste betingelse er, at alle vore handlinger må organiseres på samarbejdets basis uden økonomisk fortjeneste for den enkelte, således at det sikres, at ethvert overskud udelukkende vil blive anvendt til at fremme foreningens formål.

Den tredie betingelse er, at sagen må gå forud for personen.

Foreningen vil samle ungdommen i kammeratlige grupper og klubber for at fremme en sund fysisk og åndelig karakterdannelse og udvikling. De unge skal oplæres i dyrkning af frugt og grønsager i konkurrence med dygtige avlere, og de skal lære om de naturlige love, på hvilke den fulde næringsværdi beror. De skal belæres om værdien af enkel, styrkende og hærdende levevis, mens de træner deres legemer ved lege, sport, vandreliv og udvider deres åndelige horisont gennem fællesrejser til fremmede egne og lande. Foreningen skal lære dem kammeratskabets love, lære dem ærbødighed for dyrenes liv og give dem indsigt i betydningen af det fredelige samarbejde mellem mennesker. På denne måde vil foreningen søge at berige ungdommen med værdier, der kan danne en sund basis for et lykkeligt og harmonisk liv, evige værdier, der er tilgængelige for alle, og som een gang vundne aldrig behøver at mistes igen.

Vor forening vil tage sit standpunkt til de vigtige spørgsmål i opdragelse og uddannelse. Hvor det tiltrænges, vil den søge at få startet private vegetariske skoler. Så længe »den kæmpende vegetarisme« — hvis De vil tillade mig at bruge det udtryk — kun er i sin vorden, og ikke så langt som i Europa, hvor der allerede er en række anerkendte vegetariske skoler, er det imidlertid af betydning at kunne indrette skoler i private hjem, hvor mindre grupper vil kunne finde sammen i kammeratskab og en gunstig atmosfære.

Lederne af arbejdet blandt de unge vil, i by såvel som landdistrikter, få deres uddannelse på »lederskolen«, der vil blive oprettet i forbindelse med foreningens hovedkontor. Ungdomslederne, fremtidens bygmestre, kan ikke værdsættes for højt. Der må udvises den største omhu ved deres udvælgelse, og de bør have en grundig, alsidig praktisk og karakterudviklende uddannelse.

Den amerikanske sammenslutning skal organisere produktionen og salget af frugt og grønsager i direkte samarbejde, på andelsbasis, med de dyrkere, der har oparbejdet en sund jordbund og ikke bruger kunstgødning eller giftige sprøjtevædsker. Disse dyrkere vil blive bistået og kontrolleret af uddannede konsulenter, og hertil kommer så hjælp fra specialister og forsøgsstationer. Høsten bringes til fordelingsstationer, hvorfra de går direkte til detailhandelen, vegetariske restauranter, skoler og kursteder o. s. v.

Salget af frugt og grønsager til forbruger vil foregå fra lyse, fristende salgssteder, hvor de friske og nærende produkter vil blive solgt under foreningens garantimærke, et »V«-mærke, der er indregistreret og beskyttet i alle lande. For den, der kender overlegenheden i udseende, smag og holdbarhed, for ikke at tale om næringsværdien, af frugt og grønsager avlet ved naturlige dyrkningsmetoder, er der ingen tvivl om, at alle husmødre vil vide at sætte pris på en sådan ny forrådskilde. De nye salgssteder vil måske blive et af de bedste midler til at påvirke den almindelige dyrkers opfattelse af, hvad der er virkelig kvalitet. Disse sundheds-fødevaremarkeder vil erstatte de sundheds-fødevarebutikker, som i mange lande gør forretning på en måde, så de kan siges at sejle under falsk flag, idet de ofte med deres salg af »organiske fødevarer« kun er en slags fætter til apotekerne med deres mangfoldighed af uorganiske, kemiske sammenblandinger.

For sig selv eller som en særlig afdeling i forbindelse med de nye udsalg, tit beliggende på første sal, finder vi dens vegetariske restaurant med eller uden selvbetjening, hvilket må afhænge af den størrelse, kategori og beliggenhed. Lyse, smukke lokaler fyldt med blomster i forbindelse med førsteklasses mad tilberedt af friske råmaterialer vil give publikum lejlighed til at erfare, hvorledes alle sanser (undtagen hørelsen) kan gå op i en højere harmoni. En ikke-vegetar vil her kunne få et glimt af paradis, hvilket vil være

godt for hans sjæl. Han vil føle sig behagelig afspændt, når han engang imellem giver sin trætte krop nogen virkelig føde.

Foreningen vil have sit eget forlag. En af dens hovedopgave vil være at genoptrykke reviderede udgaver af ældre, værdifuld litteratur og fremskaffe billige udgaver af de bøger, der har bidraget så meget til vort arbejdes fremgang.

En anden opgave vil være udgivelsen af foreningens eget månedsblad, hvori man levende og overbevisende vil give et almindeligt billede af de mange forhold, der er af betydning for den vegetariske bevægelse verden over. Dette tidsskrift skulle kunne blive et godt våben i kampen, hvis det i aktuelle artikler kan holde sig i kontakt med livet, som det former sig i vor tid, tage problemer op til diskussion og hverve gode skribenter fra alle lejre.

En undersøgelses- og referencetjeneste inden for foreningens rammer vil skaffe den omfattende information og kildemateriale vedrørende sådanne emner, som er af direkte eller indirekte betydning i dens arbejde eller ved udarbejdelsen af retningslinierne. Dette arkiv vil blive et sted, hvor alle slags statistisk og videnskabeligt materiale, så vel som materiale vedrørende nationaløkonomi, udforskes og opbevares. Udklip fra aviser, ugeblade og tidsskrifter vil også være at finde her. Arkivet er af betydning, fordi det giver værdifuldt materiale, som ellers ville blive overset eller gå tabt, tilgængeligt for skabende mennesker, der arbejder for sagen.

Som et særdeles vigtigt led i sin virksomhed vil foreningen desuden drive sundhedsskoler beliggende i frie og fredelige, landlige omgivelser. Deres lave, hvide bygninger, overskygget af smukke træer og oplivet af blomster vil give den besøgende en venlig velkomst på samme måde som et privat hjem. De modtager ikke flere patienter, end at lægen kan holde sig i personlig kontakt med hver enkelt. De vil udmærke sig ved deres enkle og tiltalende udstyr. Værelserne vil være åbne for sol og luft, ingen anstrengelse vil blive sparet for at give patienterne hvile og afslappelse i omgivelser, der er så smukke som muligt. Der vil ikke blive brugt noget bekosteligt mekanisk udstyr ved behandlingerne — ingen dyre installationer ifølge det sidste nye påhit, ingen hylder fyldt med patentmediciner. Her stoler vi på naturens egen evne til at helbrede; vi følger den naturlige hygiejnes sande principper. I disse sundhedsskoler bliver det syge legeme genskabt, fornyet gennem faste og bade, solskin og gymnastiske øvelser. Maden er ren og frisk, om muligt hjemmeavlet. Sind og nerver finder hvile, mennesket genvinder sin fødselsret som menneskeligt væsen.

Bygget i samme ånd vil fødehjem rejse sig tæt op ad byerne. Her vil man søge kontakt med de vordende mødre så tidligt i deres svangerskab som muligt. En af opgaverne er at foreskrive dem en vegetarisk diæt, der kan skaffe en let og naturlig forløsning. Den hjælp, der her gives den vordende moder og efter fødslen til moder og barn er yderst betydningsfuld, fordi den kommer på et tidspunkt i moderens liv, hvor hendes sind er meget følsomt og mest modtageligt for vejledning.

Foreningen vil opføre og drive lejre til sommer- og vinterbrug ved vandet, i skove og bjerge. Her vil dens medlemmer i ferier og fritid kunne slappe af

og nyde livet, lægge alle bekymringer til side og igen blive som børn i den frie natur.

Men for også at tilfredsstille det publikum, vegetarisk og ikke-vegetarisk, som forlanger mere komfort, end der kan bydes i lejrene, skal der også sørges for større og mindre kursteder med køkken- og frugthaver til. Sådanne kursteder vil give foreningen god lejlighed til at vise, hvad den kan præstere. Bygningerne vil blive placeret i smukke, naturlige omgivelser og bygges af enkle, naturlige materialer, så de kan danne en harmonisk ramme om gæsternes daglige liv. Ved at man gennem have og køkken demonstrerer den vegetariske levevis, vil gæsterne kunne vinde forståelse for vor bevægelse. Man kan ikke være for omhyggelig ved planlæggelsen og i driften af sådanne kursteder. De skal stå åbne for alle og vil klart og ufejlbarligt selv fortælle, hvad vi anser for at være kvalitetsføde og klog levemåde.

Endelig vil foreningen også bygge hjem for gamle i rolige, landlige egne. Et par yngre mennesker vil stå for den daglige ledelse. Hjemmene vil blive bygget således, at de gamle lever i småhuse. Det vil give dem et privatliv uden at afskære dem fra andre, når de ønsker selskab. Omgivelserne skal dels være park med træer og buske, dels frugt- og køkkenhave. De ældre skal have lejlighed til at arbejde udendørs og give en hånd med i arbejdet. Køkken og spisesal skal være i en særlig bygning, hvor en dagligstue og et lille bibliotek danner centret i fællesskabet,

I sådanne institutioner vil de gamle finde tryghed og ro, og deres livsaften vil endnu kunne rumme megen glæde og give dem meget glædeligt samvær med menneskene.

De enkelte staters hovedkvarter skal ligge i en centralt beliggende by. Det vegetariske hus skal være en lys, moderne bygning indrettet til dets mange forskellige virksomheder. Her skal være kontorer for huset og administrationen af alt, der vedrører arbejdet i staten. Her skal være klublokaler og mødelokaler til studiekredse, foredrag, film og underholdning, et bibliotek med et godt udvalg af vegetarisk litteratur, førende vegetariske tidsskrifter fra ind- og udland og en oplysningscentral. Her skal også findes et kartotek over alle i staten, der er vegetarer eller interesseret i vegetarismen. Endelig skulle her også findes en restauration åben for alle og moderne hotelbekvemmeligheder, disse to afdelinger skulle hjælpe til en sund økonomi og forrentning af huset.

Fælleshovedkontoret for hele Amerika (Europa) skulle rumme centraladministrationen, forlaget med medlemsbladets redaktion og hovedkvarteret for studie- og oplysningsarbejdet. Her skal lederskolen og hovedbiblioteket også have sin plads, og de skal udvikles til at være et hovedcenter for studiet af vegetarismen.

Jeg har forsøgt at give Dem del i nogle af mine erfaringer og give Dem en skitse af den fremtid, som i hvert fald jeg tror på. Lad ikke planens udstrækning afskrække Dem. Rom blev, som De ved, ikke bygget på een dag.

Vegetarisk interesseret dame søger stilling på et rekreationshjem, sanatorium ell. lign., hvor der er lejlighed til at lære organisationen at kende. Kan tilbyde hushjælp og kontorarbejde. *Maassen*, Ribelandevej 7 B, Haderslev.

Et indlæg, der ikke blev optaget

Blandt de aviser, som på iøjnefaldende måde udnyttede den anledning, som hr. Poulsens disputats gav til at falde over alle, der kunne have anden mening om ernæring end den på bjerget gældende, lagde også andre end jeg mærke til »Berlingske Aftenavis«, hvorfor jeg satte mig i forbindelse med den pågældende kvindelige medarbejder, som også tidligere bl. a. ved sine angreb på dr. Nolfi har gjort sig bemærket af os, og foreholdt hende, at det af hensyn til bladets værdighed ville være heldigt, om læserne blev oplyst om den rette sammenhæng vedrørende grundlaget for de alvorlige påstande nærmende sig anklager, der rettedes mod vegetarerne.

Jeg blev opfordret til at sende et indlæg, som dog, jeg fristes til at sige selvfølgeligt, ikke kunne optages.

Jeg overlader til læserne at dømme om, hvorvidt der er noget i indhold eller form, som kunne bevirke indlæggets direkte rute ned i papirkurven. Det lød:

Har vegetarer mere tuberkulose end kødspisere? Ja, det var i hvert fald det indtryk, læserne måtte få af »Berlingske Aftenavis«s omtale den 1. juni af dr. A. Poulsens doktordisputats. Bladet fremhæver, at disputatsen synes at bekræfte dr. Fabers og andres påstande om, at mangel på kød og æggehvidestoffer spiller en rolle ved fremkaldelse af tuberkulose. Bladet påberåber sig også andre kendte lægers udtalelser om, at nedsat indtagelse af æggehvidestoffer kan være årsag til, at der opstår tuberkulose, idet kosten så bliver utilstrækkelig.

Resultatet af denne argumentation må blive, at folk, der ellers ikke har tænkt særligt over denne sag, skynder sig til køen foran slagterbutiken for at kræve så store rationer som muligt.

Og hvad bygger dr. O. Poulsens disputats på? Selvfølgelig på statistik, hvis troværdighed oven i købet bedyres af ansete statistikere. Den går ud på en sammenligning mellem dødsårsagerne for »almindelige mennesker« og så syvendedagsadventisterne, hvis levevis angives at være vegetarisk.

Men til alt uheld for såvel doktoranden som de gæve fagfolk, der har sagt god for hans tal, der synes at udvise en større dødelighed for »de vegetarisk levende adventister«, stod overlæge A. Andersen fra Skodsborg Badesanatorium frem og oplyste, at ikke flere end 10 pct. af de personer, som dr. Poulsens statistik omfatter, lever vegetarisk, og beklagede, at dr. Poulsen ikke var kommet til ham med sine ønsker om oplysninger angående adventisternes levemåde, hvorved sandheden og dermed også videnskaben kunne være blevet bedre betjent.

Det er ganske uforståeligt, at en sådan statistik kan få lov at blive stående i en doktorafhandling, der i al evighed får lov at fungere som kildemateriale overalt i verden, hvor man forstår engelsk.

Dr. Andersen oplyste endvidere, at der for ham forelå oplysninger om ni tuberkulosedødsfald blandt adventister, og af disse ni havde ikke een eneste levet vegetarisk.

Havde de to officielle opponenter anet noget om, at denne dr. Poulsens grundpille var bundrådden, havde de næppe nøjedes med at udtale, at hans konklusioner gik langt videre, end materialet kunne bære.

Jeg ville finde det meget rimeligt og i sandhedens og dermed videnskabens interesse, om ikke alene »Berlingske Aftenavis«, men samtlige de blade, som i den senere tid har ofret store overskrifter på behandlingen af dette emne, og som har ment at gøre en god gerning ved at advare imod vegetarismen, nu med lige så store typer ville slå fast, at hvis der er grund til at advare mod noget, så er det dr. Poulsens bundfalske statistik.

H. Mosegaard.

Nu ved vi altså, hvor vi har ham

Danske vegetarer har ikke ligefrem svælget i frugt i den sidste halve snes år, i hvert fald ikke i de så attråede ting fra sydens lande som appelsiner, bananer, figner, rosiner, svesker o. s. v. Derfor var det med glæde, vi læste om, at en tilfældig opstået valutapukkel i samhandelen med Spanien pludselig åbnede muligheden for import af disse forjættende produkter.

Nu ved vi jo, at det er handelsminister Krag, der bestemmer, om landet skal forsynes med sydens solfyldte frugter, og efter de erfaringer, vi har høstet, agter han i hvert fald ikke i første omgang at stille tingene til rådighed for vegetarerne, fordi de gennem krigsårene ikke har tæret på landets sparsomme valuta ved forbrug af vin, tobak o. l., men Krag har sine rådgivere, og blandt dem en vis Hardy Hansen, som vi ellers på et tidspunkt mente ikke at skulle have haft under yderligere behandling her i bladet. Sidste gang, vi gik i brechen for lidt frugt til landet, tillod denne herre at kalde vor optræden for udansk.

Samme herre, om hvis danskhed enhver må dømme for sig selv, har nu sendt bladene en stråle, hvoraf det fremgår, at frugtavlernes gaslagre endnu i juli måned er fyldt til randen af frugt fra i fjor, at indeværende års høst af æbler alene anslås til henimod 200 mill. kg, og af pærer og andre frugter ventes yderligere 200 mill. kg, så vi har værsgod at spise op, inden vi ønsker os mere ude fra.

Og hvorfor mon gaslagrene så endnu er fyldte fra i fjor med æbler, hvis vitaminindhold sandsynligvis er meget nær lig med nul?

Jo, høstudbyttet i 1948 var noget større end sædvanligt, og visse udlande var i stand til at dække ind fra andre steder end Danmark, og så må man vel også have lov at formode, at samtlige krigsårs æbleordninger med priser, som ikke gjorde avlerne fattige, men som gjorde mange handlende til mindre gode medborgere, har været medvirkende til, at efterspørgslen dalede om kap med priserne nu, da truslen om sult og dermed beslægtede fænomener just ikke hang lige over hovedet på det store flertal af mennesker, hvis forbrug betyder noget?

Det er nemlig ikke os vegetarer, der har erklæret køberstrejke. Hvis blot alle havde gjort som vi, havde gaslagrene forlængst været tomme, og efterspørgslen efter frugt af ny årgang ville have varslet gode indtægter for frugtavlerne.

Men da disse gennem en halv snes år har gjort adskilligt for ikke at sige

alt for at sætte forbruget ned ved hjælp af et faktisk monopol, så søger de nu ved drastiske nødråb at spærre landet for en smule kræs, som måske kunne være med til atter at vække den slumrende lyst til at spise frugt.

Da vi fik de 100 g ris til julebordet, protesterede Danmarks landmænd dog ikke højlydt med den motivering, at der endnu var kartofler og bankebyg nok i landet!

I stedet for i gold og negativ protest at klamre sig til et monopol giver vi frugtavlerne det råd at gå ind i en positiv propaganda for et forøget forbrug og gennem fair betjening af kunderne at genoparbejde noget af den goodwill, som de så afgjort har mistet i de onde år, og i denne propaganda, altså ikke alene med ord, men i praksis, vil de altid finde os vegetarer med.

Forælder.

Også eksport af „videnskaben"

Aldrig så snart fik vi overstået hr. Poulsens famøse doktordisputats, hvor overlæge Andersen påviste, at den til grund liggende statistik vedrørende adventisternes påståede vegetariske levevis var bundfalsk, før man i »Aftenbladet« kunne læse, at der har været afholdt stor kræftforskningskongres i Paris, og at det der viste sig, at de nordiske lande lå tydeligt i spidsen på dette forskningsområde. »Ved at sammenligne en gruppe vegetarianere og en gruppe kødspisere har danske forskere iagttaget, at kræft forefandtes lige hyppigt blandt medlemmerne af de to forsøgsgrupper«, står der med storbogstaver, og med endnu større fremhæves det, at kræft er lige hyppig hos kød- og grønsagsspisere, vel sagtens for at få selv de trægeste hjerner til at opfatte den betydningsfulde opdagelse, at man endelig ikke skal interessere sig for noget som helst på det ernæringsmæssige område, men bare blive ved i den gamle slendrian, for videnskaben har talt.

Her har vi det bedste bevis på, at en »videnskabelig sandhed« een gang fastslået står fast rundt om i verden, hvor den trykte disputats læses, selv om overlæge Andersens kritik viste, at der intet som helst kunne bygges på dette »videnskabelige« materiale.

Og så ligger *vi* endda i spidsen på kræftforskningsområdet.

Den del af pressen, og det er vel de 99 pct., der har udbredt sig over dr. Poulsens resultater uden bagefter at oplyse læserne om, at de var ført bag lyset, kan ikke komme ind under begrebet *ærlig*, men endnu værre er det, at dr. Poulsen tillader sig at rejse til Paris med sin bundfalske statistik, »der var det mest interessante bidrag på den interessante kongres.«

For der kan vel ikke være tale om andre danske »forskere«, der har udført »forsøg« med de nævnte grupper af mennesker? Hvis det er hr. Poulsen, synes vi, det var rigtigt, at han fremkom med en beklagelse og sørgede for, at den blev anført i samtlige de eksemplarer af disputatsen, der nu står som kildeskrifter rundt om i verden. Hvis ikke giver han os en vis ret til at tvivle også om andre »videnskabsmænd«s ærlighed.

H. Mosegaard.

Vegetarisk hjem søger snarest en kvindelig medhjælper til købmandsforretning i stationsby på Fyn. Billet mrk. 29 bedes sendt til Vegetarisk Tidsskrift, Gentoftegade 56 C, Gentofte.

En fredsbog af Stefan Vøldan

»*Der er en vej til fred på jorden*«, er titlen på en bog af *Stefan Vøldan*, redaktionen har fået sendt til anmeldelse. Fredsspørgsmålet tages heri under behandling fra flere sider — i forbindelse med opdragelsen, kvindens stilling i forhold til mandens, den kristne religion, biologi og ernæring. Det forekommer mig, at bogen er interessantest i disse sidstnævnte kapitler, mens jeg mener, der kunne være gravet dybere med hensyn til andre spørgsmål.

Jeg tillader mig at gengive et par citater.

»Militarismen er en forbandelse, men den er ikke krigens årsag, lige så lidt som en kræftsvulst er kræftens årsag. En kræftsvulst er *symptomet* på en sygelig tilstand i legemet af en bestemt art. Sådan er militarismen symptomet på en bestemt tilstand i verdenssamfundet og de enkelte nationer. Så længe denne tilstand består, vil alle overflade- og symptombehandlinger være forgæves. De kan aflaste og lindre for en tid, men de kan ikke forhindre nye udbrud efter arten af de kræfter, som virker fra denne tilstand, opbyggende eller nedbrydende.

Også her gælder ordet: *På frugterne skal de kendes.* Af frugterne kan vi bestemme arten af disse kræfter og dermed arten af den tilstand, som fremkalder dem.

Da de kræfter, militarismen udløser over verden afgjort er af nedbrydende art, kan militarismen straks betegnes som et *sygdomssymptom.* Oprustning viser *altid* og har altid vist, at kulmination i en krise er på vej. Og da rustningsindustri og militarisme nu florerer med en magtudfoldelse som aldrig før, viser dette, at tilstanden er så alvorlig som aldrig før. Vor civilisation er syg til døden.«

»Kræftcellens væsen er ubehersket selvudfoldelse, vanvittig formeringsdrift, — på de andre cellers bekostning. En kræftsvulst suger til sig fra hver eneste blot nogenlunde sund celle i organismen, tapper den langsomt eller hurtigt for sin livskraft, gør dens liv og arbejde i organismen til en byrde, inficerer den efterhånden med sit eget væsen: *den hæmningsløse selvudfoldelse på sine medcellers bekostning.*

Netop sådan er også militarismens væsen . . .«

Læs hellere selv bogen.

Axel Pille.

Et svar

Husholdningslærerinde *Anna Rønnow* har sendt »Haven« følgende svar til råkostspiserne:

I anledning af mit indlæg »Skal vi være råkostspisere?« i »Haven« nr. 5, 1949 kører råkosterne frem med det svære skyts i »Haven« nr. 6, 1949 og ophøjer dermed mig til at være en af deres værste fjender. Det ville man ikke have gjort, dersom man havde givet sig tid til nærmere omtanke, men ligt tillader råkosternes hurtigt fungerende organer vel ikke?

Jeg skal ikke tage de enkelte ting frem igen, da det aner mig, at en dis-

kussion om råkost i et månedsblad vil føre os ud i en femårsplan, men nøjes med at komme med et par bemærkninger.

Hvor det undrer mig, at Stefan Vøldan så lidt som andre råkostere ikke ved eller ikke vil indrømme, at den menneskelige organisme har evne til at danne baser til at neutralisere indtagen syredannende føde, og at den omvendt danner syrer til at neutralisere baserne. Som følge deraf holdes blodet på den bestemte pH, som tjener organismen bedst. Så viseligt har naturen — eller skal vi sige skaberen — været, det var ikke forudset, at der skulle opstå en råkostteori, der kunne klare problemet! Og hvor det også undrer mig, at S. V. slutter med at tage så stærkt afstand fra dem, der »ligger pladask på maven for sagkundskaben«, når han selv i halvdelen af sit indlæg støtter sig til dr. med. Bircher-Benner, som vel må henregnes for hørende til sagkundskaben. Men hvad i alverden skulle man da også gøre uden sagkundskaben i dette emne

Som H. Mosegaard, lade hånt om videnskaben og tage »lidt sund fornuft med i betragtning«? Kan man regne med, at sund fornuft på egen hånd når længere end videnskaben, når den tager fornuften med, og det tør man vel gå ud fra, at den gør i de allerfleste tilfælde. Desuden kan det jo være lidt farligt at stole sikkert på, at det man selv regner for sund fornuft nu også virkeligt er det. »Menneskelignende væsener har levet gennem utalte århundreder *sandsynligvis* på en urkost, der ikke var varmebehandlet«. Det forsvar er nu lidt luftigt. For det første står der »sandsynligvis«, for det andet: aber forlanger ikke meget af maden, men det er ikke noget bevis for, at mennesker bør leve af abernes kost.

H. Veierskov mener ikke at kunne tolerere rivejern (fy, for et forældet redskab, nu bruger man råkostjern) og kasserolle, fordi naturen ikke har udstyret mennesker med disse ting! Gør alt det, naturen ikke har udstyret mennesker med, overflødigt, og vi er ligestillede med dyrene. Det kan vel ikke være meningen, for hvorfor skulle vi da være udstyret med så mange egenskaber, der netop adskiller os fra dyrene? For at nævne en af de simpleste: evnen til at kunne betjene råkostjern og kasserolle!

Og så taler H. M. og H. V. frejdigt om primitive folkeslags gode helbredstilstand.

Har De aldrig tænkt over, at disse mennesker lever så langt borte fra vor tids forcerede tempo, at de aldrig behøver at kræve mere af deres fysik, end den kan tåle. Har de på jagt og fiskeri anspændt organerne, så sover og hviler de sålænge, naturen kræver det. Har råkosterne aldrig tænkt over, at grunden til vore overfyldte hospitaler også kan være, at folk lever over evne, rent præstationsmæssigt set?

Indtil man med større ret end hidtil kan nævne råkosten som universalmiddel mod sygdomme, er den fornuft nok sundest, der lader folk selv vælge mellem råt og kogt.

Anna Ronnow.

»Haven«s redaktion har hermed afsluttet diskussionen, Vi gør det samme, for hvad kan det nytte at fortsætte diskussionen med en dame, der råber på sagkundskab, men med sin gammeldags kogebogsindstilling åbenbart helst vil nøjes med den, der er lagret et par menneskealdre. *Red.*

Lungekræft og tobak

At lungekræften breder sig, er man også herhjemme opmærksom på, men man er ikke i stand til at udtale sig om, hvorvidt der skulle være nogen forbindelse mellem det tiltagende forbrug af tobak og lungekræft »simpelthen af den grund, at der ikke fandtes oplysninger om patienternes tobaksforbrug.«

Man skulle synes, at det havde været en nærliggende opgave for de pågældende videnskabsmænd at søge sådanne oplysninger indhentet, men det ville antagelig blot føre til, at cigaretter ikke ville smage operatørerne lige så godt som forhen.

Nu oplyser »Aftenbladet« fra den niternationale kongres i Paris, at lungekræft endnu er sjælden i Island, fordi tobaksforbruget deroppe indtil fornylig har været lavt, men nu, da forbruget stiger stærkt, vil man spændt følge udviklingen og se, om også antallet af lungekræfttilfælde vil stige i samme tempo.

Der er da altså eet sted, hvor man gider undersøge sagen.

H. Mosegaard.

„Råkostdepotet"

I overværelse af journalister og en række indbudte indviede frk. Oddny Nolfi lørdag den 13. aug. »Råkostdepotet«s nye salgslokaler og store lagerrum, Gothersgade 129, efter at grosserer Danielsen i en tale havde fremhævet det stigende krav til friske, sundt dyrkede og vellagrede grønsager og frugter, der fulgte med udbredelsen af råkostlevevis. For at gøre denne lettere og som et led i propagandaen for råkostideen ville »Råkostdepotet« i videst mulige mål efterkomme disse krav, der jo er fælles for råkosttilhængere, waerlandister og »gammeldags« vegetarer. Også disses interesser ville »Råkostdepotet« varetage, bl. a. ved at føre Den Sanitære Fødevarefabriks produkter.

Det anbefales alle vore læsere at aflægge forretningen et besøg.

N. Nielsen.

Gartneren 1949

Da jeg sidder med Beder Gartnerskoles årsskrift for mig, kan jeg ikke lade være med at tænke på, at gartnere og vegetarer burde kunne mødes i samarbejde og tankegang i langt højere grad end tilfældet er. Ikke fordi der i dette årsskrift er noget specielt, der omhandler vegetarismen; men alene det at det sendes »Vegetarisk Tidsskrift« til anmeldelse, er noget så enestående, at jeg virkelig følte det som en udstrakt hånd.

Det er et friskt årsskrift med interessante artikler. I beretningen meddeler forstanderparret *Kirstine* og *Niels Klougart*, at de forbereder deres tilbagetræden, men håber forinden at kunne gennemføre det længe bestemte nybyggeri, der skal gøre skolen tidssvarende. Den designerede nye forstander er ægteparrets søn, havebrugskandidat *Erik Klougart*. Skolen fejrer iøvrigt i år sit 60-års jubilæum.

Rektor *Aage Bertelsens* foredrag om »Een Verden« er selvfølgelig inter-

Køkkenkrogen

En salat behøver ikke kun at være »pålæg«, noget man lægger på smørrebrød eller garnerer en større anretning med. Den kan lige så godt være en selvstændig ret. Hvis man nu, da nætterne er koldere, kan opbevare f. eks. kogte kartofler eller andre grønsager, kan man godt spise kold middagsmad hver anden dag.

Kartoffelsalat I.

½ kg kolde, kogte kartofler skæres i skiver. En sauce tilberedes af 1½ dl ymer eller tyk, sur fløde, som tilsættes 1 spsk. hakket purløg, 1 spsk. hakket persille, 1 spsk. hakket dild, en anelse sukker og salt. Saucen hældes over kartoflerne. Små hele kogte og kolde rødbeder serveres hertil.

Kartoffelsalat II.

¼ kg kolde, kogte kartofler skæres i skiver, 3 tomater ligeledes. Et stort løg hakkes groft. Et salathoved deles og skæres evt. i strimler. En sauce tilberedes af 1½ dl ymer eller tykmælk tilsat 2 spsk. fløde krydret med karse og en anelse karry. Hældes over kartoflerne og halve kogte æg med salatblade under lægges udenom.

Blandet urtesalat.

Kogte gulerødder, bønner og blomkål skæres i mindre stykker og overhældes med en dildsauce tilberedt af en lille rest kold urtesuppe, som røres op med 2 æggeblommer. Dild klippes og drysses over. Fine strimler af rød eller grøn peber pynter salaten, som anrettes på grønne salatblade.

E. Pille.

---

essant, og havebrugskandidat frk. *Karen Marie Henriksen* fortæller levende om sine indtryk fra deltagelsen i genopbygningsarbejdet i Tyskland. Dernæst er der også et par rigtige gartnerartikler med bid i, frugtavler *Gunnar Uhrenholdt*, Fjellerad, fortæller om sit erhverv, og konsulent *Asger Klougart* kritiserer den nye svendeprøveordning for gartnerne. Alt i alt vidner årsskriftet om, at det kommer fra en særdeles levende skole.

Men altså — ja, fejlen er ikke blot de kødspisende gartneres, vi vegetarer burde også i nøjere forbindelse med jorden ...

Axel Pille.

Frisksportere på skovarbejde

»Aftonbladet« i Stockholm har haft en medarbejder på besøg i skovene ved Sundsvall, hvor en flok frisksportere — syv svenskere og en dansker — har deltaget i skovarbejdet højt oppe i bjergene. Det fremgår af artiklen, at de har klaret sig godt i arbejdet på deres jævne, vegetariske kost; men de gamle drevne skovarbejdere har de selvfølgelig ikke kunnet konkurrere med. Den helt igennem venligt indstillede artikel, hvortil kommer en del billeder, viser, i hvilken grad de svenske frikssportere bidrager til at gøre vegetarismen kendt i offentligheden.

Lidt af hvert

På menukortet

på Bellevue strandhotel (nordens førende) stod forleden dag på særlig placering:

Køkkenchefen anbefaler SALATER.

Det var bestemt som en ret og viste sig at være en anretning efter de mest moderne yderligtgående principper. Retten blev prøvet, den var herlig, serveringen pragtfuld. Den vakte opsigt og fortjente det.

Et glædeligt tidens tegn, der viser, at der også findes hotelfolk, der føler tidens puls.

De danske frisksportere

aflægger søndag den 11. september besøg på »Humlegården« sammen med frisksporterne fra Helsingborg. Der rejses fra hovedbanegården kl. 8,22 eller 9,20. Middags- og aftenmåltider à 2 kr. Badetøj medbringes.

Søndag den 25. september afholdes svampetur til skovene ved Borup med travetur på ca. 15 km. Afrejse fra hovedbanegården kl. 10,08.

Det ny

„Sol og Sundhed"

Det kendte danske nudistblad er nu betydeligt forbedret, og De bør sikre Dem et prøvenummer. Kr. 1,50 (frimærker).

„Sol og Sundhed", Klostervej, Ry.

Horseløkke Kurhjem ved Fåborg

modtager gæster til hvile og rekreation under rolige forhold. Centralv., rind. vand, smuk beliggenhed, strand, stor have. Vegetarisk mad, råkost, diæter. Telefon Fåborg 184.

Nanna og N. Brødsgaard Pedersen.

SKODSBORG BADESANATORIUM

Fysisk-diætetisk kuranstalt med medicinsk klinik.

Behandling af rheumatiske lidelser, sygdomme i mave og tarm, stofskifte, hjerte og nervesystem m. m.

Forlang prospekt. Tlf. Skodsborg 200.

Landsorganisationen

Lejrklubben for Danmark

(stiftet 1926)

Denne sammenslutning af lejrsportsfolk har til formål på ideelt grundlag at fremme det sunde, velordnede og samfundsgavnlige lejrliv ved oprettelse af lejrpladser og afdelinger overalt i Danmark. Oplysning:
M. Bode, Nr. Frihavnsgade 94, Kbh. Ø.

»SANA« Godthåbsvej 62 - Go. 4290

Udsalg fra
Den Sanitære Fødevarefabrik

Ren plantemargarine, grahamsbrød og andre specialiteter

RAASTRUP KURSTED

(ved Christiansminde, SVENDBORG)

Modtager gæster til ferie, hvile og behandling.

ANNA ULLERUP HAAHR . Tlf. Svendborg 755

Skodsborg Restauranten
er stedet, hvor
Deres sundhed opbygges gennem
vegetarisk mad
råkost — diæter
Frokost – middag – à la carte.
Åben daglig kl. 11–19.
Lukket lørdag.
St. Kongensgade 36–38, mezz.

Frydenstrand Badesanatorium
Læge: Ejnar Eriksen.
Frederikshavn. Forl. prospekt og prisliste.

„VEGETARISK KØKKEN"
ODENSE — Kongensgade 39²
Byens sundeste mad
OVE JACOBSEN

Aktuelle bøger
Nye udgaver.
- **Elna Regner Andersen: Nordisk Reformkost for Sunde og Syge.** Kr. 5.00.
- **Kirstine Nolfi: Levende Føde.** Kr. 5.75.

Sendes pr. efterkrav eller mod frimærker.
H. Henningsens boghandel
Vesterbrogade 32 København V.



Landsforeningens mærkat.
Adresserne på **danske kiropraktorer** findes i Kraks vejvisers og telefonhåndbøgernes fagregister.

Lær esperanto,
det andet sprog for alle. Let at lære, udbredt over hele jorden. I Danmark afdelinger i de fleste byer. Komplet korrespondancekursus 10 kr. Nærmere oplysninger hos
Esperantistforeningen for Danmark
Knud Aa. Andersen, Onsild.

Foreningen til Værn for Værgeløse Dyr
opretholder i samarbejde med politimyndighederne et dyreinternat for hjemløse dyr.
Modtager og undersøger dyrplageri-anmeldelser.
Årskontingent 5 kr., medlemsbladet „Dyrets Værn" tilsendes medlemmerne gratis.
Indmeldelser modt. af formanden
Fru B. Dethlefsen
Smallegade 54, København F.

LAURITS TH. SCHWENCKE
Nørrebrogade 189 — Valby Langgade 29
Taga 924 — Valby 1893
fører Den Sanitære Fødevarefabriks plantemargarine, grahamsbrød og øvrige specialiteter samt alt i kolonialvarer.

THOR MØLLERS BOGTR. KBH. PALÆ 7312

Hr N Nielsen
~~Gentoftegade 56 C St tv~~
~~Gentofte~~
287
Aabakkevej 19 I
F

Vegetarisk Tidsskrift

I dette nummer bl. a.:

KØBENHAVN 30.9.49.1820 Omk. 9

Årsmødet
resolutioner, hilsen fra Sverige, referat

Kræft og tuberkulose i søgelyset
efter foredrag af overlæge Andersen, Skodsborg Badesanatorium

Æbler og - eller ingen sydfrugter

Om dyr og deres følelser
en samtale med en dyrlæge

Om løg og hvidløg, svamp og fodvorter

Køkkenkrogen
ved husholdningslærerinde fru E. Pille

...et af Dansk
...tarisk Forening

43. årgang
nummer 9
september 1949

Ren vegetabilsk margarine

Til underretning for Dansk Vegetarisk Forenings medlemmer skal vi meddele, at Den Sanitære Fødevarefabrik, Baldersgade 14, Kbh. N., som hidtil fuldt ud er i stand til at levere den rene, veg. plantemargarine og til samme pris som den øvrige margarine, hvori indgår et stort kvantum hvalolie. Margarinen leveres i pakker à ½ kg (portofrit ved aftagelse af mindst 5 pakker pr. gang) og kan foruden fra fabrikken også fås i forskellige forretninger (se annoncerne). Medlemskort (1949) må forevises. Fra provinsen opgives medlemskortets nr. *H. W.*

Foreningens adresse er: Aabakkevej 19, 1., København F. Tlf. Da. 8222 y (efter kl. 17). Postkonto 25656.

Samme adresse: Foreningens og Københavnsafdelingens formand og kasserer, repr. N. Nielsen, samt Vegetarisk Tidsskrifts ekspedition.

Vegetarisk Tidsskrifts redaktion: redaktør Axel Pille, Aalekistevej 61, 1., Vanløse, Damsø 4724 x.

Århus afdeling. Formand: Søren Juste, Læssøesgade 49, 1., Århus.

Fyns stifts afdeling. Formand: Georg Clausen, Hestehavevej, Hjallese, (Dalum 907).

Kontingent inkl. abonnement på Vegetarisk Tidsskrift og bidrag til evt. lokalforening: Enkeltmedlemmer kr. 7,00, ægtepar kr. 8,00, medlemmer under 20 år kr. 3,00.

Abonnement på bladet bladet kr. 6,00 (udlandet 7,00). Kan bestilles hos postvæsenet eller bladets ekspedition.

Dr. Michael Larsens Vegetariske Børnehjemsfond's kasserer: Oluf Egerod, Bellahøj skole, Brønshøj, postkonto 282.

Vegetariske kursteder og restauranter i Danmark.

Vegetarisk Spisesalon, Borgporten 23², Århus.
Horseløkke Kurhjem, Fåborg.
Frydenstrand Badesanatorium, Frederikshavn.
Råkostkurstedet »Humlegården«, Humlebæk.
Skodsborg Restauranten, St. Kongensgade 36—38, mezz., København.
Hotelpension Klintsøgård, Klint pr. Nykøbing Sj. 15/5 — 15/9.
Vegetarisk Køkken, Kongensgade 39, Odense.
Pension »Birkedam«, Saunte.
Skodsborg Badesanatorium, Skodsborg.
»Eckbohus«, Bjerre Strand pr. St. Fuglede.
Råstrup Kursted, Christiansminde, Svendborg.
Vegetarisk Spisesalon, Nørregade 6, Vejle.

Køb og anvend foreningens mærkater. De sælges i pakker à 40 stk. for 1 kr. portofrit. Frimærker kan modtages som betaling.

Resolutioner

På Dansk Vegetarisk Forenings årsmøde den 4. sept. på Skodsborg Badesanatorium vedtoges nedenstående to resolutioner til henholdsvis *Handelsministeriet* og *Københavns Universitet:*

Danske vegetarer samlet til årsmøde beklager, at det ikke har været rationeringsmyndighederne muligt at yde vegetarerne kompensation for de slagteriprodukter, de ikke har anvendt, hvilket har været muligt i en række andre lande.

Ministeriet har ganske vist indskærpet købmændene at drage omsorg for, at de for hånden værende kvanta af vegetabilsk olie fortrinsvis blev reserveret vegetarerne, men dette er ikke sket.

Danske vegetarer har med beklagelse konstateret, at såvel dansk som udenlandsk presse har benyttet den af dr. med. Oluf Poulsen skrevne disputats til at rette såvel advarsler som anklager imod vegetarismen, idet dr. Poulsens statistik synes at vise en større modtagelighed for tuberkulose hos de formentlig vegetarisk levende syvendedagsadventister.

Da det ved selve forsvaret blev konstateret, at dr. Poulsens statistik var urigtig, idet højst 10 % af adventisterne lever vegetarisk, og at, så vidt vides, intet af de tuberkulosedødsfald, som dr. Poulsen omtaler, har været inden for disse 10 %, mener vi, at det af hensyn til dansk videnskabs renommé, ikke mindst i udlandet, vil være påkrævet, at der bliver udsendt en kommentar til dr. Poulsens disputats for at forebygge, at et så uholdbart materiale anvendes som kildeskrift.

Dansk Vegetarisk Forening samlet til årsmøde forventer, at universitetets ledelse vil sørge herfor og eventuelt drage omsorg for, at pressen får korrekt information.

Hilsen fra Sverige

Til årsmødet indløb fra Sverige følgende hilsen:

Enligt gammal god tradition ber Sveriges Vegetariska Förening att få överbringa sina uppriktiga och broderliga hälsningar till våra kära meningsfränder i Danmark. Fastän våra föreningar icke är så stora, och fastän våra ekonomiska resurser icke är mycket att skryta med, fortsätter vår *idé* att oroa och hänföra människorna. Det går icke att tiga ihjäl den. Än reser sig motståndet och förmenar, att det givit våra strävanden ett ödesdigert hugg. Men yxan slant ur motståndarens hand och träffade honom själv. Än tror man sig komma åt våra kämpar i första ledet med osaklig kritik. Idén överlever allt detta. Må vi hålla fanan så högt, att alla klart ser målet, och må vi i övrigt visa tolerans mot olika detaljmeningar! En god sak måste uppfostra sina anhängare. Detta menar vi oss kunna säga i första hand om den världsomdanande vegetariska stridstanken, som samtidigt är en freds- och fridstanke i djupaste mening.

Hand i hand, kamrater!

För Sveriges vegetariska förening
Ernst Killander, Ordförande. — *Carl Schelin*, Sekretarere.

ÅRSMØDET

Dansk Vegetarisk Forenings ordinære generalforsamling søndag den 4. sept. begunstigedes af fint vejr. Formanden, repr. *N. Nielsen*, bød velkommen og udtalte sin tak til Skodsborg Badesanatorium for husly, men beklagede, at det ikke havde været muligt at arrangere middag for deltagerne i årsmødet.

Til dirigent valgtes *Knud Ploug*.

I sin beretning om foreningsvirksomheden i det forløbne år bad formanden indledningsvis forsamlingen hædre fru Elna Regner Andersen ved at rejse sig. Hendes bortgang betød et alvorligt tab for vegetarisk propaganda.

I øvrigt henviste han til Vegetarisk Tidsskrifts omtale af årets begivenheder: Den 19. 10. frisksportmiddag med efterfølgende sammenkomst og taler af de svenske frisksportledere Hedfors og Lindgren. Den 4. 1. nytårsmiddag med foredrag af Josef Petersen, sang og film. Den 23. 1. selskabelig sammenkomst med foredrag af H. Mosegaard om Grønland. Den 23. 2. filmsforevisning i tilslutning til Københavnsafdelingens generalforsamling. Den 29. 5. skovtur i forbindelse med dr. Hesselinks foredrag på Skodsborg Badesanatorium.

Takket være hr. og fru Mosegaards indsats havde vi kunnet deltage i Østifternes Haveselskabs udstilling 18.—22. september og i julemessen i Forum den 3.—12. dec., hvor 80.000 mennesker fik lejlighed til at se den flotte stand, som vi ved støtte fra gartnerne havde kunnet indrette.

Henvendelser til handelsministeriet, personlige som skriftlige, om tildelinger til vegetarerne f. eks. af spiseolie havde kun resulteret i påbud fra ministeriet til De samvirkende Købmandsforeninger om at give vegetarerne fortrinsret ved uddeling af spiseolien, men der var kun få vegetarer, der havde fået selv et ringe kvantum. Også vor anmodning om margarinemærker, da andre fik ekstra fedtmærker, blev afvist, hvorfor bestyrelsen ville foreslå årsmødet at vedtage en protestresolution.

Formanden omtalte forskellige forhandlinger f. eks. med gartnernes propagandaudvalg i Århus om udgivelse af vegetaropskrifter, med radio- og husholdningsrådene om medvirken af vegetarer, med Den sanitære Fødevarefabrik om margarine i ¼ kg pakker og brød i papiromslag. Det var en anerkendelse af vort virke, at gartnerne havde tilsagt os støtte, om vi ville deltage i udstillingen »Blomster i Forum« 28. 10.—6. 11.

Formanden havde repræsenteret foreningen ved den meget omtalte råkostbryllupsmiddag hos Wivex og ved indvielsen af råkostdepotets nye store lokaler.

Inden for foreningen havde man med stor interesse fulgt dr. Nolfis sag såvel som røret om dr. med. Oluf Poulsens doktordisputats. Denne havde givet pressen mulighed for at berolige læsernes vågnende betænkeligheder ved den gængse kost, og en protestresolution til universitetet ville blive foreslået.

Da formanden var flyttet til en mindre lejlighed, havde foreningens arkiv og bibliotek fundet husly hos konsulent Mosegaard. Arkivet var meget mangelfuldt, og i biblioteket var alt af ældre dato og meget ganske værdiløst. Formanden efterlyste medlemmer, der ville medvirke til, at vi fik et anvendeligt bibliotek, og andre, der ville tage sig af annoncetegning.

Regnskab for Dansk Vegetarisk Forening 1. 7. 1948—30. 6. 1949.

(Tallene i parentes er forrige regnskabsårs)

	Indtægter:		Udgifter:	
Kassebeholdning 1/7 1948	1485,07	(724,87)		
Kontingenter	4001,75	(5072,87)		
Abonnement	256,04	(374,24)		
Annoncer	725,40	(647,98)		
Gaver	551,00	(1796,75)		
Litteratur	179,30	(924,31)		
Vegetarisk tidsskrift			94,00	(130,60)
Porto			3854,05	(5642,35)
Kontorartikler	31,05	(13,50)	982,90	(985,36)
Sammenkomster og møder			178,98	(191,61)
Udstilling i Forum	745,50	(819,15)	861,30	(840,20)
Diverse udgifter				(997,69)
Renter			237,65	(251,19)
Salg af mærkater	36,54	(35,40)		
Kassebeholdning pr. 30/6 1949	41,00	(115,00)		
			1843,77	(1485,07)
	8052,65	(10524,07)	8052,65	(10524,07)

STATUS pr. 30/6 1949:

	Aktiver:		Passiver:	
Bibliotek	300,00	(300,00)		
Inventar	300,00	(300,00)		
Kontingentrestancer	1633,00	(1600,00)		
Kassebeholdning	1843,77	(1485,07)		
Saldo			4076,77	(3685,07)
	4076,77	(3685,07)	4076,77	(3685,07)

sign. *N. Nielsen*, kasserer.

Ovenstående regnskab er revideret og fundet i orden. Kassebeholdningen konstateret til stede.

Gentofte, den 24. august 1949.

sign. *Dagmar Thorsen.* sign. *Hanne Kock.*

Medlemstal den 30/6 1949:

Københavnsafdelingen	373
Spredtboendes afd.	255
Aarhusafdelingen	84
Fynsafdelingen	89
Ialt	801

Udgåede postforsendelser i regnskabsåret (i henhold til portobog) 2362 (2642).

Formanden beklagede, at Århus- og Fynsafdelingerne ikke var repræsenterede, at vi intet hørte til dem. Der var hilsen fra Fynsafdelingens formand, som forgæves søgte en afløser. Ligeledes fra kassereren i Århusafdelingen. Ikke halvdelen af dens medlemmer har endnu indbetalt kontingent.

Formanden beklagede, at samarbejdet med andre landes foreninger var gået helt i stå, trods de vedtagne beslutninger på sidste vegetarkongres. Det skyldtes muligvis, at to af Den Internationale Vegetarunions tre bestyrelsesmedlemmer, danskerne Egerod og Dessau, det meste af året havde været i Amerika.

Formanden kommenterede det omdelte regnskab.

Jens Nielsens fonds sparekasseindskud var ved rentetillæg steget til 3536 kr.

Formanden sluttede med en opfordring til at komme frem med kritik og forslag. Alt, hvad der angik foreningens virke, kunne drøftes under punkt 2.

Date klagede over dårlig kontakt med pressen og foreslog nedsættelse af et hurtigt arbejdende presseudvalg. Han var villig til at deltage, og han ville gratis påtage sig duplikering.

Egerod foreslog, at medlemmer, der ikke havde fået spiseolie, skulle meddele dette til formanden for at skaffe materiale til en ny henvendelse.

Friis-Møller ønskede mulighed for menige medlemmer til at læse de vegetariske tidsskrifter, der tilgår foreningen.

Formanden fandt Dates klage berettiget og foreslog ham at komme ind i bestyrelsen, hvor han ville kunne få yderligere hverv tildelt, der var stor mangel på arbejdskraft. Form. ventede intet af en fornyet henvendelse til myndighederne om spiseolie og var derfor mindre begejstret for Egerods forslag. Til Friis-Møller bemærkede han, at man i bestyrelsen havde drøftet spørgsmålet om nyttiggørelse af de indkomne tidsskrifter — man ville fremtidig samle dem og en eller to gange om året ved et medlemsmøde lade dem bortauktionere.

Forsamlingen vedtog en henstilling til den nye bestyrelse om at komme i kontakt med pressen, hvorefter beretning og regnskab godkendtes.

Valg. Formanden meddelte, at han på grund af manglende tid og svigtende helbred ønskede at træde tilbage. *Egerod* og *Mosegaard* henstillede til ham at fortsætte, og efter at man havde givet ham tilsagn om assistance, genvalgtes han ved akklamation.

Til bestyrelsesmedlemmer genvalgtes Egerod, Mosegaard og Westerlund, og nyvalgtes Niels Vang, Farum. Til suppleanter valgtes frk. Ellen Jørgensen og frk. Kamma Kruse. Revisorer: Sauer og frk. Christine Hansen. Revisorsuppleanter: Friis-Møller og P. Rasmussen.

Kontingent fastsattes uforandret.

Sted for næste årsmøde overlodes det bestyrelsen at fastlægge.

Formanden for *dr. Mich. Larsens Vegetariske Børnehjemsfond*, H. L. Henriksen, aflagde beretning og kassereren, Egerod, regnskab — begge godkendtes. Der var givet 250 kr. til Eckbohus.

Forsamlingen ændrede bestyrelsens udkast til resolutioner. Deres ordlyd gengives først i bladet.

Derpå spiste man frokost på den solvarme terrasse.

Dr. J. D. Henriksen var ved sygdom forhindret i at holde det planlagte foredrag, men overlæge A. Andersen hjalp os ud af forlegenheden. Trods ferie og uforberedthed glædede han os med et meget interessant og aktuelt foredrag, som vi refererer andetsteds.

Efter spadsereture i strandhaven fulgte *Egerods* beretning om sit ophold i Amerika. De, der ikke overværede det, snød sig selv. Egerod havde udnyttet

Regnskab for Mich. Larsens vegetariske børnehjemsfond 1948-49:

Indtægt:		Udgift:	
Kassebeholdning 1/7 48	2157,74	Eckbohus	250,00
Udbytte af depot	704,50	Afgift af depotet	8,40
Gaver	8,00	Indkøbt obligationer	3937,40
Rente i sparekasse	27,23	Kassebeholdning 30/6 49	2701,67
Udtrækning af obligationerne	4000,00		
	6897,47		6897,47

STATUS

Aktiver:		Passiver:
Beholdning af obligationer og aktier	16750,00	Ingen
Kassebeholdning	2701,67	
	19451,67	

Revideret.

sign. *Niels Vang.* sign. *Lilly Helle-Broe.*

de mange muligheder, han havde haft til at sætte sig ind i forholdene i Staterne, og forstod at gøre tilhørerne delagtige i sine indtryk. Trods teknikkens høje stade og den store udbredelse af civilisationens goder syntes der at være mange og svære brist på det kulturelle område — racehadet må vel også betragtes som kulturmangel.

n. n.

Kræft og tuberkulose i søgelyset

I stedet for dr. J. D. Henriksen, der var forhindret, trådte overlæge Andersen til som foredragsholder ved D. V. F.s årsmøde den 4. sept. Emnet var »Kræft og tuberkulose i søgelyset«, bemærkninger til dr. Oluf Poulsens doktordisputats.

Skønt overlæge Andersen var ret uforberedt, gav han dog i sit foredrag mange interessante oplysninger, og det hjertelige bifald, der hilste ham ved afslutningen, var takken for den udmærkede måde, han løste opgaven på.

Overlægen udtalte, at selv om der er ofret millioner af kroner og lagt et uhyre arbejde i kræftforskningen, var man dog ikke nået ret langt i bekæmpelsen af denne sygdom. Man kan ret ofte ved en operation helbrede en overfladisk kræft, men som regel er der intet at gøre ved infiltration. Om kræftens opståen ved man meget lidt. Der er ved forsøg påvist, at mus, der har været penslet med tjære, har fået kræft. Prof. Fibiger påviste, at en rundorm, der lever i maven på kakerlakker, fremkaldte kræft hos rotter, når disse åd kakerlakkerne. Prof. Rovsing mente, at kræft var en infektionssygdom. Senere har man taget andre muligheder med i betragtning, og dr. Oluf Poulsen var inde på fedtstoffernes indvirken. Han mente, man burde undgå bran-

ket flæskesvær. Han har arbejdet med sine undersøgelser i syv år og i den tid skrevet en disputats, der i virkeligheden var to bøger, en om det eksperimentelle arbejde og en med statistik. Den officielle opponent, prof. Engelbreht-Holm, udtalte, at han havde antaget den første, men det var tvivlsomt, at han ville have antaget den sidste (statistikken).

Dr. Poulsen kom i sine betragtninger over tuberkulosen ind på adventisternes levemåde; han mente, den vegetariske leveform kunne indebære en fare for tuberkulose, og henviste herunder til, at adventisterne, der levede vegetarisk, havde ret mange dødsfald af tuberkulose. På overlæge Andersens spørgsmål om de undersøgelser, han havde foretaget, måtte han erkende, at han ikke vidste, om de adventister, hvis død han henviste til, havde været vegetarer. Overlægen påviste heroverfor, at kun ca. 10 % af adventisterne var vegetarer, så dr. Poulsens grundlag var ret usikkert. Ved senere undersøgelser foretaget af skodsborglægerne har det vist sig, at af de 46 dødsfald, der er forefaldet blandt adventister i de senere år, var kun 9 en følge af tuberkulose, og ingen af disse menighedsmedlemmer var vegetarer. Der er senere af dr. Oluf Poulsen sendt spørgeskemaer til adventisterne, så der er mulighed for, at han senere kan belyse spørgsmålet på en mere betryggende måde og derigennem gøre sin fejl god igen.

Efter foredraget fulgte en række spørgsmål, som dr. Andersen besvarede.

Om råkostens indflydelse på kræft udtalte han, at han ikke var sikker på, at man på nuværende tidspunkt bør anvende denne metode. Der blev fra tilhørere udtalt, at dette falder godt i tråd med dr. Nolfis erfaringer, der netop går ud på, at råkost ikke er prøvet nok til, at man kan fastslå dens helbredende virkninger på infiltrativ kræft, men at den kan indkapsle en begyndende kræft.

Man kunne ønske, at vore læger, der i almindelighed ikke er bange for at eksperimentere, også med uprøvede metoder, ville videreføre dr. Nolfis forsøg, der måske vil kunne få stor betydning både for kræftforskningen og for sygdommens bekæmpelse. *W. D.*

Æbler og - eller ingen sydfrugter

I forrige nummer bragte vi en artikel om Hardy Hansens og Dansk Frugtavls protest mod indførsel af sydfrugter. Nu har Hardy Hansen jo altid været noget for sig og med sine store ord ikke meget fattende overfor de synspunkter, andre nødvendigvis må anlægge; men det forbavser, at Almindelig dansk Gartnerforening anlægger lignende synspunkter på importen.

Vi har om dette forhold ikke læst noget mere rammende end en spidsartikel i »Berlingske Tidende«, som vi hermed tillader os at gengive:

»Hvis det var muligt at fremavle te i Danmark, skulle resultatet så være, at det blev forbudt befolkningen at drikke kaffe? Det er et spørgsmål, der ikke foreligger i praksis, men det giver i renhed det teoretiske problem, der foreligger omkring frugtavlen.

Gennem et meget dygtigt arbejde er det lykkedes frugtavlere og videnskabsmænd at skabe muligheder for en fortrinlig dansk æbleproduktion. Medens det tidligere var spredt og tilfældigt, hvad der avledes, er det nu blevet således, at et stort og stigende forbrug kan dækkes med udmærkede danske æbler. Et stort antal veldrevne plantager er anlagt landet over, og i disse år bringer enhver sæson hundredtusinder frugttræer op i den bæredygtige alder.

For at få den voksende produktion afsat er det, at nogle af frugtavlernes talsmænd er begyndt at beskæftige sig med befolkningens frugtforbrug. Sidst har handelsgartner P. Bech i beretningen for Almindelig Dansk Gartnerforenings årsmøde været inde på dette forhold, og han lagde ikke skjul på sin mening. Han så en fare i den forøgede indførsel af sydfrugter. Når der kommer bananer og appelsiner i butikkerne, køber folk færre æbler. Når husmødrene kan få svesker og andre tørrede frugter, har de ikke brug for så megen dansk frugt. Jo større importen bliver af sydfrugter, desto vanskeligere bliver det at få den danske æblehøst afsat.

Man er med andre ord havnet i den foran beskrevne situation. Man er i stand til at levere æbler og mener, at resultatet heraf skal være, at det forbydes befolkningen at spise sydfrugter.

Vi kan dog ikke tænke os, at denne tankegang kan vinde råderum udenfor meget snævre kredse. Frugtavlerne er ved forholdenes udvikling blevet fritaget for den stærke konkurrence, der tidligere var med amerikanske og australske æbler. Dette værn må være nok. Man kan ikke gå det skridt videre at forlange, at befolkningens forbrug tvangsmæssigt skal lægges om. Den mand, der planter en række æbletræer, kan ikk få brev på, at befolkningen skal købe hans æbler, inden den får lov til at købe anden frugt.

Naturligvis må der også på disse områder handles med fornuft. Der er ingen, der kan ønske, at for eksempel indførsel af uundværlige råstoffer skal begrænses, for at der kan blive betalingsmidler til overs til køb af bananer, appelsiner og så videre. Men er der mulighed for at erhverve disse varer på forstandige vilkår mod en passende afsætning af dansk eksportproduktion, bør vi ikke forsømme sådanne muligheder. Frugtavlen har samme krav som andre erhverv på, at der tages hensyn til de varer, den fremstiller. Men for de varer, den ikke fremstiller, kan der ingen krav rejses.«

Artiklen dækker sikkert ikke alene de fleste vegetarers, men også de fleste forbrugeres mening. Iøvrigt er der for frugtavlerne det at overveje, hvor stor en del af Danmarks befolkning, der har råd til at købe æbler med de priser, som hidtil er holdt. *Axel Pille.*

Foreningens adresse
er herefter:
Åbakkevej 19¹, København F.
Telefon: Damsø 8222 y

Kassereren og tidsskriftets ekspedition har samme adresse.

Om dyr og deres følelser

Østsjællands Folkeblad har bragt følgende interessante artikel, som vi med bladets tilladelse gengiver:

Kusk Herluf Petersen, København, og hans hest Sandy Mac er blevet landskendte efter den lille, rørende historie om kusken, som tog sin hest med på ferie, da han syntes, at den også trængte til nogle fridage. Vildtfremmede mennesker har sendt den dyrevenlige kusk blomster, og dyreværnsforeningerne har udtalt deres påskønnelse.

Hvad hesten selv tænker om ferien og den megen opstandelse, lader sig vel af gode grunde ikke opklare, men andre har så megen forståelse af dyrs følelsesliv, at de er i stand til at skønne om det indtryk, menneskers behandling og venlighed gør på dem. I en lørdags-samtale fortæller kredsdyrlæge *Hans Christensen*, Køge, om dyr og deres følelsesliv — og om menneskers syn på dyr.

— Efterhånden har vist de allerfleste mennesker fuld forståelse af, at dyr også er følende væsener, siger kredsdyrlægen. Jeg har oven i købet fornemmelsen af, at mange har denne forståelse i lidt overdreven grad. Det gælder i hvert fald over for hunde, men selvfølgelig er det bedre end manglende forståelse.

— Ved man forøvrigt noget positivt om, hvad dyr kan føle?

— Man ved en hel del om det. Man har foretaget mange undersøgelser af dyrs intelligens, altså deres evne til at ræsonnere. Således er man kommet til det resultat, at hundens intelligens ligger langt over hestens. Bliver en hund f. eks. bange, løber den nok sin vej, men et øjeblik efter vender den om for at se, om der nu også var grund til at blive bange. En hest, som bliver bange, farer derimod bort i vildt og ubehersket løb uden at ræsonnere over berettigelsen heri. Til gengæld har hesten en fantastisk hukommelse, og derfor er den forholdsvis let at lære noget. Gentages et eller andet et par gange, kan den huske det. Den har for resten også en fantastisk stedsans og kan huske lokaliteter i årevis. Hvis den hest, som har haft ferie, engang kommer tilbage til den eng, hvor den nu har tilbragt et par uger, er der ingen tvivl om, at den kan erindre stedet og ved, at den nu har fri.

— Har De selv stået overfor eksempler?

— I mine yngre dage var jeg militærdyrlæge hos dragonerne i Aarhus og havde her en dejlig ridehest, som var seksten år gammel. Den var hele eskadronens kæledægge, og jeg erfarede adskillige år efter min bortrejse, at officerer og mandskab havde ansøgt om tilladelse til at lade den leve ud over den tid, da den i følge reglementet skulle have været slagtet. Tilladelsen blev givet, og den blev sendt ud på en herregård. Da eskadronen nogle år senere kom forbi denne gård, bemærkede man, at en hest, som stod tøjret på marken, blev urolig, og den rev sig løs og galopperede hen til soldaterne.

Det var den gamle hest, og den sluttede pænt op bag anden afdeling, hvor den i så mange år havde haft sin plads. Den fik så lov at trave med til Aarhus, og da man kom til kasernen, gik den ind i stalden og hen til sit gamle spiltov.

Her stod en anden hest, men den blev brutalt drevet bort. Den gamle hest fik derefter lov til at blive til næste morgen i den kendte bås, som den erindrede trods de mange års fravær.

Har man nogen erfaring for, i hvilket omfang dyr kan føle smerte?

— Man ved ikke så lidt om det problem. Man ved for eksempel, at *køer* er ganske overordentlig følsomme. Hvad mennesker dårligt nok agter — en indsprøjtning for eksempel — reagerer køer meget kraftigt overfor. Rød dansk malkerace er forfærdelig sensibel, mens jyske og korthornede er noget mere hårdhudede. Det er ejendommeligt, at *heste* bogstavelig taget ikke reagerer overfor brændinger, som foretages mod visse sygdomme, skønt de dog reagerer voldsomt, hvis man må skære i dem. Koen derimod bliver fuldstændig vild ved brændinger af samme art. Man har tydeligt indtryk af, at *hundens* intelligens og dens omgang med mennesker har stærk indflydelse på dens indstilling overfor smerter. En jagthund — som måske er en af de typer, som har størst intelligens — synes at forstå, at en dyrlægebehandling er noget, som *skal* gennemgås, når den er syg.

— Er De også her i stand til at nævne et eksempel?

— Ja, jeg husker navnlig et tilfælde fra min studietid. En jagthund var under fuld bedøvelse blevet opereret for en stor svulst. Nogle dage senere skulle såret behandles, og man har instrukser om i et sådant tilfælde at lægge en slynge om dyrets snude for ikke at blive bidt. Jeg opdagede dog hurtigt, at det var ganske unødvendigt i dette tilfælde. Den var klar over, at behandlingen var til dens bedste. Når det gjorde ondt, vendte den snuden i vejret og klagede sig ganske svagt — men den rørte sig ikke. Tre år efter passerede jeg en dag en hund, som sad foran en villa på Frederiksberg. Da jeg var kommet lidt hen ad gaden, sprang den efter mig. Det var hunden, som jeg opererede. Den havde ikke kendt mig på synet, men til gengæld på lugten, og nu sprang den glad op ad mig. Den fulgte mig hen til hjørnet. I det følgende halve år kom jeg forbi hver dag, og der var ikke mange dage, den ikke fulgte mig til hjørnet.

— Man har i forbindelse med det så »moderne« tunfiskeri diskuteret om det i grunden ikke er dyrplageri ....

— Ja, men så er alt krogfiskeri jo dyrplageri.

— Er det ikke også det?

— Det tangerer i hvert fald dyrplageri. Det gør jagt jo desværre også i mange tilfælde. Jeg tænker her på det anskudte vildt. Jeg går selv lidt på jagt, men skyder helst kun efter fuglevildt, fordi der her er størst chance for at ramme, så man straks dræber.

Med hensyn til fisks evne til at føle smerte, ved man ikke så meget, men man har dog gennem eksperimenter konstateret, at de *kan* føle smerte og kan iagttage og ræsonnere. For eksempel satte man en gedde ned i et akvarium med 25 småfisk, man skilte af med en glasplade, så den ikke kunne nå dem. I timevis fo'r den mod ruden for at nå fiskene, men blev så klar over, at det var umuligt og opgav. Man fjernede så glaspladen, men gedden ville derefter slet ikke gøre forsøg på at tage småfiskene, selv om de svømmede lige for næsen af den. 25 andre fisk, som blev sat ned til den, spiste den med fornøjelse, men den gik stadig uden om de oprindelige, som havde været skyld i, at den slog næsen så mange gange.

— Møder man forståelse for dyreværnssagen?

— I høj grad. Dyrplagerisager er sjældenheder. Man ser dog af og til nogle tilfælde af vanrøgt, men det er mest i byerne og går ud over hunde. Når man ikke har forståelse af at behandle en hund rigtigt, måtte man hellere lade være at holde en.

— Man forestiller sig, at dyrlægens arbejde må være meget vanskeligt, fordi patienterne ikke kan udtrykke sig ved at tale ....

— Det er det i og for sig også. Man kan jo ikke stille så fine diagnoser som andre læger — men til gengæld slipper man for patienternes snak. En læge må være meget objektiv for ikke at lade sig påvirke af patienternes snakkesalighed. Dyrlægen må alene bygge på iagttagelsen, og det er forbløffende, så langt man er nået med at stille sikre diagnoser.

Behandlingsmetoderne er også udviklet stærkt, og man kan nu behandle sygdomme, som man tidligere betragtede som håbløse. Der er imidlertid det utilfredsstillende ved dyrlægevæsenet, at man altid inden større operationer må skønne, om de »kan betale sig« — eller om man skal slå patienten ned! Man må ikke se på egen fordel, men være landmandens økonomiske rådgiver på bedst mulig måde.

— Har menneskets syn på dyrene ændret sig gennem tiderne?

— Der er ingen tvivl om, at det går mod større forståelse.

— Man hævder, at menneskene gennemgående behandler dyrene bedre, end de behandler deres medmennesker ....

— Ja, måske — det er vist specielt hundevennerne, som kan være noget hysteriske. I en periode, da der var stor arbejdsløshed og bogstavelig taget nød, kom et ægtepar til mig med en schæferhund, som havde dårlig mave. Den bliver fodret forkert, sagde jeg til ejeren. Det kan jeg da ikke forstå, svarede hans hustru, jeg bager hver uge to sodakager til den, og den får kun det fineste kalve- og flæskekød! Jeg blev så vred, at jeg afviste parret .... tænke sig at fodre en hund sådan, i tider da mennesker sultede.

—art.

Om løg og hvidløg, svamp og fodvorter

Vi har modtaget:

Undertegnede, der for et par år siden var så uheldig i en sommerferie at få svamp på fødderne, senere bredte det sig også til hænderne, har ikke kunnet blive af med den trods forsøg med flere lægemidler bl. a. amycin-pulver og sprit, som vist er det mest almindelige middel mod ondet. Men pludselig opdagede jeg — jeg var blevet meget ivrig løgspiser (men det er en anden historie) — at på det yderste af fingrene, hvor jeg havde rørt løgene, forsvandt svampen. Jeg gik så resolut til værks, gned hænderne ind i løgsaft tre aftener i træk (løg dræber jo bakterier) med det resultat, at hænderne nu er raske igen Jeg tillader mig at skrive det, da rådet muligvis kan være til gavn for andre.

Kamma Kruse.

Allerede forinden jeg havde modtaget ovenstående, havde jeg skrevet en lille notits om fodvorter og hvidløg.

Vor datter havde fået fodvorter, der jo er meget smitsomme, i skolen. Sygekasselægen henviste til behandling på Finseninstituttet, hvor man ville skære dem bort. Men Kirsten ville ikke skæres, hvis det kunne undgås. Så fik min kone den idé at lægge hvidløg på, og vorterne svandt mere og mere. På en månedstid var de borte, og de kom heller ikke igen.

Nu forleden talte min kone med sygekasselægen. »Vi kom ikke på Finseninstituttet. Der gik nogle dage,« begyndte hun. — »Nå, og så var de forsvundet,« smilte lægen. »Nej,« og så fortalte min kone om hvidløgene. Lægen smilte igen og sagde, at fodvorter netop var noget, man kunne få ved indbildning og få til at forsvinde igen ved tro. »Men det er jo smitsomt,« indvendte min kone. »Ja, det er det mærkelige ved det,« var alt, hvad lægen videre sagde.

Og nu ved vi ikke, hvad vi skal tro om tilfældet. Det er fuldstændig rigtigt, at Kirsten fra første dag var stærkt optaget af, at hvidløgene skulle hjælpe, og troede på dem. På den anden side forstår vi ikke, at hun skulle have fået dem som indbildt syge, for hun havde ikke talt om fodvorter, før hun fik dem. Endvidere er der det, at vi tydeligt under behandlingen kunne se, hvorledes løgene blødgjorde vorterne, og de forsvandt jo heller ikke som ved et mirakel, men ganske langsomt i løbet af flere uger.

Axel Pille.

Lidt af hvert

Dranker af mangel på vitaminer.

Ved den første internationale biokemiske kongres, der fornylig afholdtes i Cambridge, hævdede dr. *Roger Williams* fra Texas, at ikke to mennesker har det samme stofskifte, og der kan være folk, som ikke får deres behov for vitaminer og forskellige kemiske stoffer dækket af en føde, som ellers anses for at være fuldt ud tilstrækkelig. Dr. Williams mente, at sådanne mennesker er tilbøjelige til at blive drankere, og i mange tilfælde kan derfor drukkenskab kureres ved hjælp af A- og B-vitaminer.

En sorterings- og pakkecentral til ½ mill. kg frugt

vil af Maribo Amts Frugtsalgsforening blive opført i Sakskøbing. I den 500 m² store sorteringshal bliver der plads til sorteringsmaskine og 40 arbejdende damer. Efter at frugten er størrelsessorteret, bliver den poleret med parafin, også på maskine. Sorteringen skal være så gennemført, at grossisterne ikke behøver at se på frugten først, men kan nøjes med at opgive standardnumre. Der er tegnet 240 tdr. land frugtplantage, og man regner med at komme op på et par mill. kg frugt årlig.

Australian Vegetarian Society

er navnet på en vegetarisk forening, som er blevet dannet i Australien og står som udgiver af et blad *The Australian Vegetarian*. Allerede i 1886 blev den første vegetariske forening dannet i Melbourne, men den gik senere helt i opløsning.

Køkkenkrogen

Rød og grøn peber.

Frugterne halveres, frøstokkene tages ud, og en lækker rå salat fyldes i, f. eks. rå revet blomkål blandet med flødeskum og smagt til med citron og sukker.

De kan også fyldes med en flødeost, enten en færdigkøbt eller endnu hellere en hjemmelavet.

1 l sødmælk syrnes som til tykmælk, hældes op i et tyndt klæde og stilles til afdrypning. Når al valle er løbet fra, røres lidt salt og evt. 1 tsk. kommen i.

Farserede peberfrugter.

4—6 frugter skæres over på tværs, frøstok fjernes og en fars tilberedes af: 1 stor, kogt pastinak, 2 tykke skiver tørt franskbrød udblødt i mælk. Pastinak og brød males gennem maskine og bages op med 30 g margarine. Når det er koldt, irøres 1 eller 1½ æg, lidt salt og en ubetydelighed stødt muskat.

Fyldes i frugterne, som stilles i en flad gryde og dampes forsigtigt møre. En hollandaise og små kogte kartofler serveres til. *E. Pille.*

En får så pene barn av sånn mat, si!

Det er »Arbejderbladet« i Oslo, der har været på torvet og hos en af torvefunktionærerne hentet en udtalelse, der sluttede:

Men nå er tia for blomkål og tomater. Si at konerne våre må lage bare grønnsakmiddag nå — på blomkål og tomater, det er nok! Deilig mat, den billigste en kan få, og så full av vitaminer. En får så pene barn av sånn mat, si!

Guldbryllup

fejredes den 1. sept. af vore trofaste medlemmer fhv. gartner *A. Andersen* og hustru, Stenløsevej 212, Hjallese. Andersen har vistnok været medlem af vor forening i over 40 år. Guldbrudeparret er begge raske og i besiddelse af et godt humør.

Vi bringer dem hermed en forsinket, men oprigtig lykønskning.

Indkomne gaver

Kbhvnsafd.: Baess-Petersen 3,00. Dencker 2,00. Povl Olesen 3,00. Regild Nielsen 3,00. Fru Tora Bruun 5,00. Fru Abelskov 3,00. Erna Nielsen 3,00. Julie Petersen 3,00. Friholm 3,00. Fru Nissen 13,00.

Provinsen: Brandt Hansen, Vejstrup, 3,00. E. Pedersen, Åbyhøj, 2.00. Wagtberg Nielsen, Snertinge, 1,00. Ragoczy, Rungsted, 12,00. Sølvhøj, Randbøl, 2,00. Eske Kristiansen, Tistrup, 4,00. De samvirkende Salgsforeningers landspropaganda 76,00. *N. N.*

Hushjælp tilbydes af vor 15-årige datter i et hjem, hvor sand gudsfrygt (sabbaten holdes) og sund levevis findes. Foreløbig som formiddagshjælp, helst i nærheden af Hvidovre. Henvendelse tlf. HV. 1033.

Ung pige, 19 år, søger plads til 1. nov. ved indvendig gerning, helst vegetarisk. *Karen Rasmussen,* „Brændegård", Vedtofte, pr. Rørmosehus.

Frisk ung pige, som er interesseret i råkosthusholdning, søges til nov. Hjemlige forhold. *Fru ing. Zachariassen,* Birkebakken 74, Birkerød. Tlf. 554.

ALT TIL
råkost . vegetarkost . Waerlandkost
Kompostdyrket frugt og grønt
Central 62
Råkostdepotet
Gothersgade 129
København K.

SKODSBORG
BADESANATORIUM
Fysisk-diætetisk kuranstalt med medicinsk klinik.
Behandling af rheumatiske lidelser, sygdomme i mave og tarm, stofskifte, hjerte og nervesystem m. m.
Forlang prospekt. Tlf. Skodsborg 200.

Landsorganisationen
Lejrklubben for Danmark
(stiftet 1926)
Denne sammenslutning af lejrsportsfolk har til formål på ideelt grundlag at fremme det sunde, velordnede og samfundsgavnlige lejrliv ved oprettelse af lejrpladser og afdelinger overalt i Danmark. Oplysning:
M. Bode, Nr. Frihavnsgade 94, Kbh. Ø.

Det ny
„Sol og Sundhed"
Det kendte danske nudistblad er nu betydeligt forbedret, og De bør sikre Dem et prøvenummer. Kr. 1,50 (frimærker).
„Sol og Sundhed", Klostervej, Ry.

Horseløkke Kurhjem ved Fåborg
modtager gæster til hvile og rekreation under rolige forhold. Centralv., rind. vand, smuk beliggenhed, strand, stor have. Vegetarisk mad, råkost, diæter. Telefon Fåborg 184.
Nanna og N. Brødsgaard Pedersen.

»SANA« Godthåbsvej 62 - Go. 4290
Udsalg fra
Den Sanitære Fødevarefabrik
Ren plantemargarine, grahamsbrød og andre specialiteter

RAASTRUP KURSTED
(ved Christiansminde, SVENDBORG)
Modtager gæster til ferie, hvile og behandling.
ANNA ULLERUP HAAHR . Tlf. Svendborg 755

Skodsborg Restauranten
er stedet, hvor
Deres sundhed opbygges gennem
vegetarisk mad
råkost — diæter
Frokost – middag – à la carte.
Åben daglig kl. 11–19.
Lukket lørdag.
St. Kongensgade 36–38, mezz.

Frydenstrand Badesanatorium
Læge: Ejnar Eriksen.
Frederikshavn. Forl. prospekt og prisliste.

„VEGETARISK KØKKEN"
ODENSE — Kongensgade 39²
Byens sundeste mad
OVE JACOBSEN

Aktuelle bøger
Nye udgaver.
- **Elna Regner Andersen: Nordisk Reformkost for Sunde og Syge.** Kr. 5.00.
- **Kirstine Nolfi: Levende Føde.** Kr. 5.75.

Sendes pr. efterkrav eller mod frimærker.
H. Henningsens boghandel
Vesterbrogade 32 København V.



Landsforeningens mærkat.
Adresserne på **danske kiropraktorer** findes i Kraks vejvisers og telefonhåndbøgernes fagregister.

Lær esperanto,
det andet sprog for alle. Let at lære, udbredt over hele jorden. I Danmark afdelinger i de fleste byer. Komplet korrespondancekursus 10 kr. Nærmere oplysninger hos
Esperantistforeningen for Danmark
Knud Aa. Andersen, Onsild.

Foreningen til Værn for Værgeløse Dyr
opretholder i samarbejde med politimyndighederne et dyreinternat for hjemløse dyr.
Modtager og undersøger dyrplageri-anmeldelser.
Årskontingent 5 kr., medlemsbladet „Dyrets Værn" tilsendes medlemmerne gratis.
Indmeldelser modt. af formanden
Fru B. Dethlefsen
Smallegade 54, København F.

LAURITS TH. SCHWENCKE
Nørrebrogade 189 — Valby Langgade 29
Taga 924 — Valby 1893
fører Den Sanitære Fødevarefabriks plantemargarine, grahamsbrød og øvrige specialiteter samt alt i kolonialvarer.

THOR MØLLERS BOGTR. KBH. PALÆ 7312

Br N Kielsen
Aabakkevej 19,1
217

Vegetarisk Tidsskrift

I dette nummer bl. a.:

Luk munden
af amerikaneren Grenville Kleiser

Til skådaspel med Sveriges puddingvegetar nr. 1
af havebrugskonsulent H. Mosegaard

Waerland i Studenterforeningen

Waerland og fru Nolfi
Svenske kommentarer til landsmandens angreb

Gulerodsspiseren Cripps

Havplanter som føde
af Roderick Wilkinson

Køkkenkrogen
ved husholdningslærerinde fru E. Pille

Udgivet af Dansk Vegetarisk Forening

43. årgang
nummer 10
oktober 1949