Vegetarisk Tidsskrift

I dette nummer bl. a.:

Redaktørskifte

Prof. Rich. Ege contra vegetarerne

Vejen til sundhed
Artikel fra »Frisksport«

Vegetariske spisesteder i Norge og Sverige

»Præsten vil se blod«
af H. Mosegaard

Internationalt vegetarungdomsstævne

Udgivet af Dansk
Vegetarisk Forening

43. årgang
nummer 6
juni 1950

Ren vegetabilsk margarine

Til underretning for Dansk Vegetarisk Forenings medlemmer skal vi meddele, at Den Sanitære Fødevarefabrik, Baldersgade 14, Kbhvn. N., som hidtil fuldt ud er i stand til at levere den rene veg. plantemargarine, hvori der ikke som i anden margarine 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 (1950) må forevises. Fra provinsen opgives medlemskortets nr.

Foreningens adresse er: Åbakkevej 19, 1., København F. Tlf. Damsø 8222y (efter kl. 17). Postkonto 256 56.

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

Næstformand: havebrugskonsulent H. Mosegaard, Ågade 114, København N, Go. 1163u.

Vegetarisk Tidsskrift redigeres af et udvalg. Ansvarhavende: Repr. N. Nielsen, Aabakkevej 19, 1., København F. (Damsø 8222y).

Århus og omegns afdeling. Formand: frimærkehandler M. Ahler, Søndergade 14, 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 (udlandet 7,00). Kan bestilles hos postvæsenet eller bladets ekspedition.

Dr. Michael Larsens Vegetariske Børnehjemsfond's kasserer: Oluf Egerod, Bellahøj skole, Brønshøj, postkonto 2 82.

Vegetariske kursteder og restauranter i Danmark:

Vegetarisk Spisesalon, Borgporten 23², Århus.
Horselykke 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.

Redaktørskifte

Hr. Pille har ikke ment at kunne fortsætte som redaktør af Vegetarisk Tidsskrift, hvilket bestyrelsen meget beklager. Under hr. Pilles ledelse er bladet blevet betydeligt forbedret og dets anseelse mærkbart øget, og vi siger ham tak for den indsats, han har gjort. Vi søger nu en anden redaktør, men den rigtige — til en ulønnet stilling — bliver ikke nem at finde. Indtil videre redigeres bladet af et udvalg med undertegnede som ansvarhavende. *N. Nielsen.*

Prof., dr. phil. Rich. Ege contra vegetarerne

Til diskussionsmødet, arrangeret i »Politiken«s sal den 21. april og refereret i majnumret af VT, var der udsolgt på en time, og gentagelsen den 26., hvor alt ligeledes var udsolgt, blev endnu mere vellykket, idet indlæggene var mere koncentrerede.

Formanden for DVF, repr. *Niels Nielsen*, protesterede imod, at man gik ud fra, at vegetarerne udelukkende lever af vegetabilsk føde. I henhold til internationalt anerkendt definition er man vegetar, når man konsekvent og for et længere tidsrum ikke har spist kød, fisk eller slagteriprodukter. Man er altså vegetar, selv om man spiser æg og mejeriprodukter foruden planteføde, og hvad enten man spiser denne rå eller varmebehandlet.

N. N. kendte ingen dansk vegetar, der var vegan, d.v.s. *kun* spiste vegetabilske fødeemner, men fandt det i øvrigt unaturligt for mennesket at patte en ko, selv om det skete ved hjælp af fingre eller malkeapparat. Det var måske vanskeligt at klare sig uden komælk, når handelsministeren, der havde valuta i millionvis til skadelige ting som tobak, kaffe og spirituosa, ikke tillod indførsel af de naturlige fedtstoffer som mandler og nødder, eller kun mod en told, der gjorde dem for dyre for jævne mennesker.

Prof. *Rich. Ege* viste ved hjælp af mange tavler, hvorledes man billigst får de fødeemner, som videnskaben anser for nødvendige. Han tog skarpt afstand fra alle følelsesbetonede indvendinger imod de af ham fremførte anskuelser — dem, videnskaben i øjeblikket er nået til. Han mente, at vegetarernes anskuelser beroede på en tro, hvis rigtighed de så ivrigt bestræbte sig på at finde beviser for — at vi med andre ord går den »omvendte vej«. — Og han har nok ret. Mange af os ville være — og har været — vegetarer, selv når de videnskabelige autoriteter anså det for at være unaturligt og skadeligt for helbredet.

Prof. *Ege* forklarede, at de fedtstoffer, vi spiser — om dyriske eller vegetabilske — skal nedbrydes til enkle forbindelser, før de kan omsættes til varme og energi — hvorfor så ikke anvende de dyriske, for eksempel hvalfedt? Hertil svarede *N. N.*, at vi vidste, at mange ting var brændbare, men professoren vidste også, at det ikke var ligegyldigt, hvad man fyrede med i en kakkelovn for at få størst nyttevirkning og sikre ovnen lang levetid. N. N. hævdede, at menneskelegemet

er en så fin »forbrændingsanstalt«, at det er meget vigtigt at anvende de rigtige brændstoffer: den naturbestemte føde.

Prof. *Ege* erklærede, at vi godt kunne få de nødvendige æggehvidestoffer fra planteriget — at kød altså godt kunne undværes —, men han mente, at de højerestående dyrearters æggehvidestoffer var mest beslægtede med vore og i et passende blandingsforhold — så hvorfor ikke anvende dem?

N. N. så i denne udtalelse et udmærket forsvar for kannibalisme og imødeså den dag, da de — åh, så nøgterne — videnskabsmænd havde fået lejlighed til at udprøve deres atombomber og bagefter kunne give logisk motivering for menneskeæderi — der ville være »råmateriale« nok!

Fru *Ruth Hermanns* forsvar for den »blandede kost«, der var så meget lettere at tilberede, blev virkningsfuldt imødegået af frk. *Oddny Nolfi* fra Danmarks største vegetariske madsted, råkost-kurstedet »Humlegården«, hvor man tilbereder de mange gæsters mad i en brøkdel af den tid, det ville tage, om den skulle varmebehandles.

En uventet støtte fik vegetarerne af fhv. stadslæge, dr. med. *Kjer-Petersen*, der ikke selv var vegetar, fordi kødet smagte ham godt, men varmt forsvarede vegetarismens sundhedsmæssige betydning og protesterede imod lægernes indstilling over for dr. Nolfi. I stedet for at ignorere hende burde de støtte hende, idet hans egne erfaringer tydede på, at der i råkosten var specifike, sygdomsmodvirkende faktorer, som lægevidenskaben nøje burde undersøge for at komme til klarhed i spørgsmålet.

Disse diskussioner har vakt megen interesse for vegetarismen, og vi er prof. Ege meget taknemmelig, at han offentligt har villet udveksle meninger med os. Vi er jo ellers vant til, at man fra videnskabelig side hånligt afviser eller nedladende smiler ad vore anskuelser. *Red.*

Vejen til sundhed

»Dansk Frisksport« bringer i sit aprilnummer nedenanførte artikel, der så udmærket udtrykker *vegetariske* synspunkter, at vi mener at måtte optage den i VT.

Hvoraf kommer det, at vor moderne og oplyste tidsalder er så fyldt med usundhed, og at vi ikke kan påvise nogen effektiv og konkret forbedring i folkesundheden i den sidste menneskealder?

Hvordan kan det være, at vore dygtige og veluddannede læger med deres piller, vidundermedicin og moderne hospitalspaladser ikke har evnet at forhindre, at Danmark anno 1950 er befolket af en nation af svæklinge, hvor 55 pct. af de unge må tage hensyn til et svigtende helbred, når de skal vælge erhverv, hvilket de psykotekniske prøver viser?

Hvordan kan det være, at det året rundt er sværere at opdrive en ledig seng på vore kæmpesygehuse end på et turisthotel i sæsonen, skønt samfundet ofrer millioner og atter millioner af kroner på »syg-

domsforebyggende« foranstaltninger som helbredsundersøgelser, folketuberkuloseundersøgelser, gratis lægehjælp, sygepleje og medicin?

Og hvordan kan det være, at danskerne, der omtrent har den højeste levefod i verden, samtidig er indehaver af en række verdensrekorder inden for kultursygdommene?

Dette er nogle af de spørgsmål, der trænger sig på, når man som frisksporter beskæftiger sig med arbejdet for en forbedring af folkesundheden.

Folkesundhedens lave standard kan ikke skyldes fattigdom, og det kan heller ikke være gennemsnitsdanskerens intelligensniveau, der ligger så lavt, at han ikke er i stand til at fatte en fornuftig vejledning. Den sørgelige sandhed er nok den, at en sådan vejledning slet ikke gives af sundhedsautoriteterne, og at disse nærmest er negativt indstillede over for lægfolks velmente forsøg! Man undersøger og undersøger — og kommer til det resultat, at der mangler flere læger, flere sygehuse, flere sygeplejersker o.s.v. Fortsættes denne udvikling, er den dag ikke fjern, hvor den ene halvdel af befolkningen er beskæftiget med at pleje den anden!

For den, der søger en udvej af dette sygdommenes inferno, ligger det nær at vende sig til de store menneskeaber, der ifølge udviklingslæren kun adskiller sig fra os i grader, men ikke i art. Man opdager da, at disse lever deres liv uden nogen form for sygdomme. De lider hverken af kræft, tuberkulose, sukkersyge eller mavesår. De får ikke nyresten, gigt eller åreknuder. Blandt afsides boende folkegrupper i Indien og Mellemamerika finder vi det samme billede. Disse folk opnår ofte en meget høj alder og kender ingen form for sygdomme — hverken tandkaries, neuroser, homosexualitet eller andre former for sygeligt sexualliv.

I disse folks og dyrs levevis har vi en glimrende vejleder i, hvordan vi skal leve et liv befriet for alle de sygdomme, der nu gør tilværelsen til en ynkelig karikatur af det, naturen har bestemt for mennesket, og vi frisksportere har taget ved lære af deres eksempler og tilrettelagt vor levevis i overensstemmelse hermed.

Vi giver os ikke ud for at kunne *helbrede* sygdomme, men vi forsøger at *forebygge* dem, og det gør vi for det første ved alsidig legemskultur, friluftsliv og renlighed. Dertil kæder vi sund kost, ligesom vi forsøger at forbedre den psykiske standard ved utvungent kammeratskab, god litteratur og personlighedsudvikling med sigte på helhed, skønhed og harmoni.

Ernæringsmæssigt går vi ind for enkel og sund føde og tager afstand fra alle nydelsesmidler som kaffe, te, spiritus og tobak, og alle industrialiserede fødevarer, og vi bekæmper al geschæft i næringspræparater og piller. Vi vender os mod brugen af slik og bagværk i tide og utide og indtager en kritisk holdning over for alle ubeviste sekteriske ernæringsteorier.

Af idræt dyrker vi de former, der fremmere udviklingen af et sundt og harmonisk legeme. For os er det af mindre betydning, om resultatet er stort eller lille, målt med rekordens alen, når blot udøverne

opnår den sunde fysiske udvikling, der er en betingelse for den psykiske balance. Vi finder, at overdreven konkurrenceidræt og stjernedyrkelse virker modsat idrættens oprindelige formål: at udvikle legemet til en værdig bolig for en sund og fri sjæl. Især må al professionel sport anses for alt andet end sundhedsfremmende.

At disse enkle leveregler kan føre til en hårdt tiltrængt forbedring af sundhedstilstanden i vort forspiste fædreland, må erkendes af enhver, der er i stand til fornuftig tænkning, og alligevel er vi nogenlunde sikre på at møde de gamle floskler om utopier og fantasterier, når vi forsøger en kontakt med autoriteterne inden for sundhedsvæsen og ungdomsopdragelse — og hvorfor? At afvise frisksporten som »teori«, »utopi« eller »fantasteri« er for billigt, når den sunde fornuft går som en rød tråd igennem hele vort arbejde. Nej, årsagen skal nok snarere søges i d'herrers vanesløvhed, konservatisme og mangel på konsekvens. For dem er der en milevid afstand mellem teori og praksis. De vil nok tale om en sund sjæl i et sundt legeme, men et målbevidst arbejde på at omsætte talen i praktisk handling må for dem blive — *utopi*, fordi de mangler *viljen* til at omsætte ord i gerning.

Men vi frisksportere er ikke til at standse — for vi er ungdommen, og derfor har vi ikke en gnist af respekt for autoriteter og forældede systemer. At vore synspunkter har værdi og er rigtige, ved vi, fordi vi har virkeliggjort dem i vort daglige liv, og den stadig voksende skare af kammerater i frisksportens glade kreds fylder os med optimisme og tro på fremtiden. Vi er overbevist om, at frisksporten er vejen fremover for den enkelte og for samfundet.

Kvindesnak

Under denne overskrift har en medarbejder »Dorte« ved »Demokraten« i Århus omtalt vort diskussionsmøde i »Politiken«s sal. »Dorte« beder vegetarerne om ikke at komme med »latterlige forklaringer om naturlighed« og hævder, at vi »ikke kan overbevise nogen ved det sludder om naturlige forudsætninger«.

Vi har anmodet »Demokraten« om optagelse af følgende:

— For os, der to gange i træk for fuldt besatte tilhørerpladser har haft den ære at diskutere vegetarisme med en så anerkendt videnskabsmand som prof., dr. phil. Rich. Ege, virker det unægtelig som en uventet spand koldt vand, når vi får et udklip fra »Demokraten« og deri ser, at en os ukendt »Dorte« under overskriften »Kvindesnak« demonstrerer en overfladiskhed, der må virke generende på kvinder i almindelighed og er særlig uheldig hos dem, som påtager sig gennem pressen at vejlede andre.

Dorte citerer vor påstand om, at når vi fra naturens side ikke har kløer til at sønderrive dyr med, så vil det også være unaturligt at ernære sig af dyr, selv om vi ved hjælp af teknik er i stand til at dræbe og tilberede også større dyr.

Men så går Dorte videre og fastslår, at vi heller ikke har kløer til at

skrælle kartofler med, og at vi, hvis vi vil være konsekvente, må nøjes med tøj flettet af siv og med at bo i jordhuler.

Kære Dorte, dette er en demonstration af et så kedeligt ord som »kvindelogik«. Hvis mennesket havde ønsket at forlade sit naturlige hjemsted for at gå på vandring mod koldere egne, ville det ikke have ændret hans *fysik* det ringeste, om han havde udtænkt sig snedige spinde- og vævemaskiner eller lavet sig boliger af aluminium og rustfrit stål på samlebånd og i øvrigt betjent sig af al nutidens og fremtidens teknik.

Men vi må ikke glemme, at menneskets behov for næring og hele fordøjelsesmekanisme *heller* ikke er undergået nogen som helst forandring, siden han blev tekniker og gik på vandring. I hvert fald protesterede prof. Ege ikke imod denne vor påstand, men gav os tværtimod uforbeholdent medhold, og det er aldeles ikke givet, at selv om vi ved hjælp af teknik *kan* betjene os af en for vor fysik absolut fremmed kost, så vil den bekomme os godt. At vor slægt er på vej mod degeneration, synes at fremgå af den kendsgerning, at ingen har rokket ved gamle Hindhedes påstand om, at mennesket er blevet jordens sygeligste pattedyr.

Nej, kære Dorte, al menneskets opfindsomhed rokker ikke en tøddel ved vor fysik — det tager i hvert fald hundrede tusinder af år — og derfor er det lige så ulogisk for os at ernære os af dyr som at påstå, at fordi mennesket har lært sig at flyve ligesom fuglene, vil det også begynde at lægge æg.

Vi har intet imod teknik, eller at vi gør os til herre over hele vor grønne jord og endda kigger Vorherre i kortene ved at pille ved selve atomerne, men vi må aldrig glemme, at vi har et legeme, som kræver den bedst mulige ernæring, og det bliver døde dyr aldrig for individer, der er skabt som plantespisere.

Det var det principielle; men tilbage til gulerødderne. Hvem siger, at de skal skrælles og koges og på anden måde denatureres? Hvem siger, at kartofler er ideel ernæring for mennesker? Det kunne jo da være, at denne plante såvel som korn og meget andet er surrogater, som mennesket har betjent sig af med større eller mindre held. Fordi åi har kunnet udtænke møllekværne, er det ikke givet, at korn er ideel ernæring for os, som det er for fugle. Og hvorfor fedte for manden, der råber på bøf? Det er jo dog kun en vanesag — noget, som ubetænksomme kvinder har vænnet ham til som barn. Der følger et stort ansvar med at opdrage børn, og hvorfor gøre de små maver til kirkegård for døde dyr?

Om det var dovenskab, der oprindelig drev manden til at blive jæger og dermed påbegynde det blodigste afsnit i menneskets historie, eller det var andre årsager, kan måske diskuteres; men eet står formentlig fast: at det var kvinden, som gjorde alle tiders største opfindelse, idet hun begyndte at dyrke planterne i stedet for at skulle samle dem sammen over større afstande.

Men da manden så begyndte at holde tamkvæg, fordi vildtet forsvandt, så tog han de af kvinden møjsommeligt avlede urter og ka-

stede dem for dyrene — med andre ord: blev landmand. Og det er denne adfærd, der medfører et usandsynligt spild af værdierne, vi vegetarer vil have ændret.

Med ca. 1 times dagligt arbejde af hver person vil der alene i Danmark kunne fremstilles fuldgod føde til 50 millioner mennesker, og endda dør der hvert år utallige mennesker af sult. Blot fordi Dorte og de, hun vejleder, kan lide at delikatere sin og andres ganer med unaturlig føde.

Og for at berolige sin egen samvittighed pådutter hun os noget om, at vi farer med sludder. Kære Dorte, tænk lidt over tingene, før De skriver.

For Dansk Vegetarisk Forening:

N. Nielsen, formand.

Vegetariske spisesteder i Norge og Sverige

Ferietiden stunder til, og vore læsere vil være interesseret i mulighederne for at få vegetarmad i nabolandene.

Vore søsterforeninger opgiver følgende adresser:

OSLO: Frisksportrestauranten, Grensen 18.
Kurbadets restaurant, Akersgaten 74.
STOCKHOLM: Frisksportrestaurangen, Mästersamuelsgatan 10.
Råkostbaren HERBA, Apelbergsgatan 48.
» » Hantverkargatan 36.
» » Hornsgatan 76.
Råsaftbaren, Vattugatan 11.
GØTEBORG: Hagabaren, Husargatan 19.
Østra Landgatan 6.
MALMØ: »Sund Kost«, Davidhallsgatan 5.
UPPSALA: Mälargården, vilo- och hälsohem, Graneberg.
SUNDSVALL: Frisksportrestaurangen.
ÅRVIKA: Borga gästhem, Kärrsmossen 509.

Vegetariske pensionater findes i Lysekil (Bohuslän), Tyringe (Skåne), Storhöidens pensionat, Leksand (Dalarne), Øyegården, Erikslund (Ångermanland), Stensund, Vagnhärad (Södermanland).

De fleste større steder findes »Reformforretninger« med vegetariske fødevarer. I Stockholm f. eks. Reformboden, Drottninggatan 97, og Sams bod, Västmannagatan 12. *Red.*

Internationalt vegetarungdomsstævne

Et sådant afholdes fra den 10. til den 20. juli i forbindelse med den Internationale Vegetar Unions kongres i Arnhem i Holland. Arrangører er ungdomsafdelingen af det hollandske vegetarforbund. Alle vegetarer mellem 16 og 30 er velkomne. Stævnet har sin egen lejr, men foruden egne møder og arrangementer bliver der mulighed for deltagelse i kongressens møder.

Efter stævnet arrangeres der cykleture gennem Holland, ligesom der er mulighed for individuel udveksling af ferieophold.

Ved at benytte teltlejr kan udgifterne ved ungdomsstævnet holdes meget lave, omkring to gylden pr. døgn. Og man kan deltage en del af tiden.

Nærmere ved henvendelse (event. på engelsk) til R. H. Lankester, Prof. Ritzema Bosweg 52, Wageningen, Holland. *Red.*

Præsten vil se blod

I hvert fald indkaldte han til protestmøde mod de høje priser på kød. På mødet, som blev holdt op ad kirkemuren, beklagede en deltager sig over, at det altid var til højtiderne, at kniven kom frem — ikke en beklagelse over, at det altid skulle gå ud over de uskyldige, fordi kirken fejrede sine fester, men fordi slagterne benyttede lejligheden til at skære i kundernes tegnebog. Det synes, som præsterne holder traditionen fra den allerførste ofring, vi har beretning om, ved lige med hellig iver. Står der ikke, at Kain, der vel var havedyrker, bragte jordens førstegrøde som offer til Jahve, medens Abel, der var dyreopdrætter, ofrede blod og fedt, hvilket sidste mærkeligt nok behagede Jahve mere end Kains efter vor opfattelse mere æstetiske produkter? Man synes næsten at kunne spore en vis berettiget retorsion, når Kain herefter blev ond i sindet, selv om han ikke burde have hævnet sig på sin broder.

Men selv om nutidens præster ikke direkte tjener Jahve, har de dog bevaret traditionerne og ynder endog at benytte terminilogien fra Abels profession: Hyrden, der vogter sine dyr, skal være sindbilledet på *den gode.* Kan en hyrde i det taget være god? Når han passer på sine dyr, er det jo kun for selv at sætte sine tænder i dem, efter at han ved svig og magt har dræbt de skabninger, der stolede på ham som modsætning til ulven, som de vidste kunne være farlig.

H. Mosegaard.

Århusafdelingens generalforsamling

den 15. maj på hotel Ansgar var desværre kun besøgt af få medlemmer.

Den kst. formand, fru Emma Jensen, bød velkommen, hvorefter regnskabet blev oplæst og godkendt. Der var en kassebeholdning på kr. 642,31 mod 758,43 forrige år.

Foreningen har beklageligvis i det forløbne år mistet nogle medlemmer, men man var enig om — som idealister — at arbejde for sagen efter bedste evne, så det tabte vil forhåbentlig snart blive indvundet.

Da den kst. formand trods opfordring ikke ønskede at overtage formandsposten, blev frimærkehandler M. Ahler, Søndergade 14, valgt. Til bestyrelsen genvalgtes: fru Mary Petersen, Themsvej 30, Risskov (kasserer), Alfr. Larsen, Vestre Kongevej 24, Viby J. (sekretær), fru

Emma Jensen og fru Agnes Petersen (foreningens specialkonsulent i tilberedning af såvel rå som varmebehandlet vegetarmad), suppleant: dir. L. P. Hansen, revisorer: lærerinde, frk. E. Olsen og fhv. stationsforstander R. Rasmussen.

Man samledes derefter om det såkaldte »kaffebord«, hvor man under hyggelige former drøftede forskellige ønsker om nye møder og foredragsaftener, og endvidere blev det vedtaget, at foreningen i nær fremtid skal arrangere en sommerudflugt, eventuelt til et bio-dynamisk dyrket havebrug. *A. L.*

Er Statistisk årbog lovlig fantastisk?

Det er nu snart mange år siden, at jeg i Politikens foredragssal hørte en livfuld ung videnskabsmand holde foredrag om ernæringen og dens problemer, men jeg husker endnu de sætninger, hvormed han begyndte sin udredning. Disse gik ud på, at menneskene siden oldtiden havde søgt efter »de vises sten«, med hvilken man kunne betvinge stoffernes inderste væsen, således at man kunne skabe sig såvel guld som udødelighed.

At den pågældende videnskabsmand, som for resten hedder Richard Ege, i den forløbne tid har formået, ikke alene at skabe sig et fint navn som videnskabsmand, men også bevare ungdommens ild, fik vi erfaring for under de to, som vi selv synes, vellykkede aftener i samme sal, hvor dr. Ege også dengang førte ordet.

Jeg skal for min part ikke nægte, at det var med en vis benovelse, jeg vovede mig frem på samme talerstol som dr. Ege, i hvert fald forinden jeg erfarede, med hvilken overbærenhed professoren tog imod vor amatør-viden og viste sig villig til i fuldt alvor at diskutere vore synspunkter, som om vi var ligemænd.

Der er dog et enkelt punkt, som for mig var et hovedpunkt, og det var min beregning over, hvor mange mennesker der kan leve i landet, såfremt vi eliminerede landbruget og gik over til intensivt havebrug. Her tror jeg nok, at professoren anvendte betegnelsen »lovlig fantasifuld«, idet han mente, at den officielle videnskab var standset ved dobbelt så mange, som der nu lever, men heller ikke mere. Jeg er selvfølgelig glad for, at professoren sagde »lovlig fantasifuld« i stedet for håbløst sludder, men jeg vil dog gerne erindre om følgende kendsgerninger og opfordre professoren til at ofre nogle minutter på at gå tallene igennem, og hvis det ikke er for stort et krav, da at påvise eventuelle regnefejl.

Størrelsen af Danmarks dyrkbare areal fremgår af meget officielle tabeller, der blandt andet findes i Statistisk årbog. Dem er der, så vidt jeg ved, ikke ændret stort i i de senere år, undtagen dette, at der ved landvinding hvert år lægges lidt til vort lille land. Amager har således fået en klækkelig tilvækst. Tabeller over middelafgrøder af kalorierige kulturer, som f. eks. kartofler, som vi anerkender som anvendeligt surrogat for den ideelle føde, kan også findes i officielle tidsskrifter, f. eks. »Tidsskrift for Planteavl«. 1 m^2 yder let 3 kg af

disse rodknolde, og efter professorens egne opgivelser er der henimod 1000 kalorier i hvert kilogram, altså rigeligt til »een person« pr. dag.

Flere tal udkræves ikke for at regne ud, at der i så fald bliver føde nok til over 100 millioner i Danmark, men da vi gerne vil være på den helt sikre side og også gerne vil delikatere os med andet kræs, der ikke giver så mange kalorier, så er det, vi er large og kræver 2 m^2 pr. dag, men selv med denne flothed behøver vi på nuværende tidspunkt ikke at lægge beslag på mere end ca. 10 % af landets areal for at avle nok til os selv, og selv om vi på andre 10 % af landets areal vil dyrke mad til andre 4 millioner mennesker og for disse varer tilbytte os fornødenheder, som ikke gror godt hos os, så behøver vi dog ikke netop at slås om jorden, således som vi nu gør, og tvinge menneskene ud på egne, hvor det burde være forbudt mennesker at søge føde.

Man behøver ikke at være nogen stor georgist for at erkende, hvad det ville betyde i social henseende, når enhver, der ønskede det, kunne få tilstrækkelig jord overladt til dyrkning uden at skulle forrente de fantasisummer, som nu må udredes for at få jord under neglene. Såfremt der lå en reserve på 80 % af Danmarks land udyrket hen, ville ikke mange finde på at føre en slavetilværelse i byernes slumkvarterer.

Der er perspektiv i vore anskuelser, måske også fantasi, men mine tal er ikke fantasi, i hvert fald ikke sålænge dr. Ege ikke har påvist eventuelle regnefejl af virkelig betydning.

Professoren har ordet. *H. Mosegaard.*

Nationaløkonomi

Hver søndag morgen kommer der først en landmand og derefter en havebruger til mikrofonen for at give gode råd til lytterne. Forleden drejede det sig om roernes rette udtynding, og konsulenten sluttede meget patetisk med at erklære, at den arbejder, som fjernede den roeplante, som burde være skånet, forringede nationalindkomsten og skadede derigennem sig selv og alle os andre.

Dette er utvivlsomt rigtigt; men var det ikke værd at overveje, hvilke skår der slås i vores allesammens økonomi ved i det hele taget at beskæftige sig med at dyrke roer, som først skal passes og plejes en hel sommer, derefter møjsommeligt slæbes hjem ad opkørte markveje, kules ned og dækkes mod frost, hentes frem igen og kastes for dyrene, som så æder sig gennem den ene ton efter den anden.

Slutresultatet af alle disse anstrengelser kender vi: det meste havner på møddingen eller forsvinder på anden måde i naturens store kredsløb. Tilbage bliver en afdanket ko eller et andet dyr, hvis få og elendige kalorier med samt deres hormoner og øvrige ukendte stoffer anvendes til såkaldt menneskeføde!

Nej, skal der endelig snakkes nationaløkonomi, så lad os havedyrkere komme til og fortælle, hvad der bør dyrkes i Danmarks jord, og lad os vegetarer blive taget med på råd, når det drejer sig om at økonomisere med jord og menneskeføde. *H. M.*

Nej, de gider alligevel ikke

interessere sig for at eksportere danske æbler til Amerika, eftersom det nu officielt er blevet oplyst, at der kun kan opnås indtil 52 øre pr. kg for absolut første klasses æbler i fineste stand, hvad pakning og øvrige udstyr angår.

Nej, til de priser er der næppe mange danske avlere, der er så forhippede, som det forlød for nogen tid siden, medens vi anbefalede at slå koldt vand i bladet, eftersom man ikke skal fragte kul til Newcastle.

Men derfor er det alligevel ikke uinteressant at læse den bemærkning, hvormed Dansk Frugtavl slutter sin meddelelse: »Denne pris ligger endnu — heldigvis — så langt fra vore andre udenlandske markedspriser og på et sådant niveau, at Danmark, med de omkostninger, vi herhjemme har på produktionen af 1 kg æbler, ikke kan bygge en rentabel frugtavl på sådanne eksportmuligheder.«

Her erkender man dog med rene ord, at dansk frugt ikke kan konkurrere på verdensmarkedet, men når der i de sidste forstyrrede år alligevel er opnået visse eeksportmuligheder, så ligger det simpelthen i, at f. eks. Finland lettere kan bytte sit træ med vore æbler end med amerikanske.

Som vegetarer er vi selvfølgelig interesserede i, at ikke alene vi, men hele befolkningen kan få de bedst mulige fødemidler frem til den billigst mulige pris, og nu ved vi altså, hvad æbler koster i Amerika, og at danske frugtavlere er glade for, at de på grund af krigs- og efterkrigsforviklinger er i stand til at indkassere summer på »et helt andet niveau«.

Måske det i denne forbindelse kan have interesse at oplyse, at vore svenske meningsfællere nu igen kan købe kernefri Sun-Maid rosiner til 1,25 pr. kg. *H. M.*

D. vitaminerne,

som man indtil nu har yndet at tillægge dyreriget æren for at producere, er nu også iflg. dr. Ege konstateret i kantareller, champignoner og kakaoskaller.

Det må formodes, at champignondyrkerne hurtigt vil udnytte »opdagelsen« til at reklamere for deres i forvejen lidt pebrede varer, ligesom svampejægerne med endnu større iver vil søge efter de liflige kantareller.

Så vidt vides, er der navnlig i den allerbilligste kakao også indmalet en vis procent skaller med sit indhold af det vitgige d-vitamin, og under krigen blev selve skallerne anvendt som te.

Det kunne jo da være, at vi trods vor nordlige beliggenhed, hvor solen ikke hele året igennem formår at danne det uundværlige d-vitamin i vor hud, kan skaffe dette fra planteriget, således at vi ikke tvinges til at gå på havfiskeri efter tun og torsk. *H. M.*

Hvem er det, som får det værst i skærsilden?

I et meget morsomt, men selvfølgelig meget kortfattet referat af mit indlæg i Politikens foredragssal forekommer der en passus, som kan give det udseende af, at jeg skulle have noget ganske særligt imod landmændene, idet jeg gik ud fra, at de ville få det meget hedt i skærsilden, fordi de ikke alene dræber dyr, hvad jægerne jo også gør, men fordi de svigter den tillid, ja hengivenhed, som dyrene udviser over for menneskene indtil det øjeblik, da de fornemmer blodlugten fra deres kammeraters åbne årer, og de ser kniven blinke mod egen strube.

Det er rigtigt, at jeg formodede, at medens jægerne nok kunne slippe med en advarsel, ville det blive værre for landmændene, netop fordi de svigter udvist tillid, men det var — selvfølgelig — underforstået, hvad jeg da også den anden aften fik lejlighed til at betone, at de egentlige skyldige er dem, der kræver de dræbte dyr sat på deres spisebord.

Hvorledes det vil gå dem, aner jeg ikke noget om, men det skulle ikke undre mig, om der går en mere direkte vej til et *meget* varmt sted!

H. Mosegaard.

»Populære forbrugsvarer«!

Til den kommende handelsaftale med Spanien stilles der store forventninger, fordi den forudsætter så »populære forbrugsvarer« som sherry og andre vine, medens man har sagt nej tak til et tilbud om for 10 millioner kroner bananer samt andre friske og tørrede frugter.

Selv om man kunne have byttet med industriprodukter og måske også med klipfisk fra Færøerne, ønskede man altså ikke at forøge importen af frugt og i særdeleshed ikke af bananer, som man åbenbart anser for mere sundhedsfarlige end sherryen, som man dog har notorisk viden om indeholder en gift, der har bragt død og djævel over millioner af mennesker.

H. M.

Råkost gav vægtforøgelse

»Roskilde Dagblad« har interviewet en kendt, men ikke navngivet Roskilde-borger, der bl. a. fortæller:

— Når jeg begyndte at spise råkost, så var det, fordi jeg havde fået en brun plet på den ene kind, så stor som en femøre. Det gjorde mig alvorligt forskrækket, for akkurat sådan så min bedstefar, min onkel og min far ud, få måneder før de døde. Da jeg samtidig led af en frygtelig træthed, jeg kunne kun arbejde i værkstedet en halv time ad gangen, tænkte jeg, at der måtte en særlig sundhedskur — en hel renselse af hele legemet — til for at gøre mig rask igen. Og så bestemte jeg mig for at prøve råkostkuren. Og givet er det i hvert fald, at jeg i dag er kommet af med den træthed, eksem og gigt og andre skrøbeligheder, som plagede mig. Nu føler jeg mig lige så veloplagt som i min ungdom, og forkølelse kender jeg ikke mere.

Til medlemmer og abonnenter

Foreningens regnskabsår slutter den 30. juni, hvorfor de, der endnu ikke har betalt for 1950, bedes indsende vort tilgodehavende omgående, så vi kan undgå den kedelige post: udestående fordringer.

Kassereren.

Indkomne gaver:

Dencker 2,00, H. Laursen, Vejle 5,00. — Tak!

Kassereren.

Råstrup kursteds venner

Denne forening holder generalforsamling den 4. juni på kurstedet. Hovedbygningen er fuldt belagt også i vinter, og sommeren var som altid en travl tid. Foreningen har understøttet 4 patienter. Kasserer er St. Fink-Jensen, Kongsvej, Vejle. *Red.*

System i galskaben!

I den tyske pastor Poelchaus erindringer fra Hitlerfængslet i Tegel oplyses det, at skarpretterne blev taget fra slagterhåndværket. Dette kan jo ikke overraske, man var jo blot konsekvent. Mon ikke vivisektionseksperterne var selvskrevne til at medvirke ved torturforhørene?

N. N.

Skodsborg produkter!

De kan altid være sikker på de bedste varer, når De vælger Skodsborg produkter.

De anbefales: Skodsborg corn flakes - Granola - Skodsborg kaffeerstatning - æbleblade-te - glutenola - carno - bønnesteg - linsepostej - veg. leverpostej - veg. fiskebudding - linser i brun sauce - sojabønner i bouillon - nuttolene - protose. Kiks: Grahams, havre, vanille og nødde. Skodsborg lyn sauce pulver: På to minutter kan man fremstille en sundhedsmæssig, delikat brun sauce. Skriv efter vareliste! Spørg efter vore varer hos Deres handlende!

Den Sanitære Fødevarefabrik,
Baldersgade 14, Kbhv. N., Taga 289

Bernh. Kjærs Eftf.

Strandvej 151, Hellerup.
Telf. He. 50 - He. 70.
Vegetariske retter, plantemargarine, grahamsbrød m. m. føres fra
Den Sanitære Fødevarefabrik.

Dansk Vegetarisk Forening's

litteratur

C. V. Pink: »Hvad moder og barn bør spise« 0,50
Mich. Larsen: »Naturhelbredelsen« 0,60

Portofrit — betaling kan sendes i frimærker.

Ferie-klublejlighed. Enkelte, dobbelte, 3- og 4-personers værelser fra 4 til 15 kr. pr. døgn. Gode køkkenforhold, alt udstyr undtagen linned. Store, smukke opholdsstuer. Grønsager kan købes på stedet.

K. Ousager, »Birkedam«, Saunte.

Husbestyrerinde søges. God kvinde, vegetarisk interesseret, som kan virke opdragende på min søn, 9 år. Husstand far og søn. Skriftlig henvendelse.

Arkitekt *J. H. Bertelsen*, Skyttehusvejen 18, Vejle.

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 reumatiske lidelser, sygdomme i mave og tarm, stofskifte, hjerte og nervesystem m. m.
Forl. prospekt. Tlf. Skodsb. 200

Alt i vegetariske retter
fra
Skodsborg
Sanitære Fødevarefabrik.
Finkornsbrød - grahamsbrød - honningvin - alle fine marmelader - kiks og bisquits - syltede fersken og abrikoser.
Honning-depotet
Nr. Søgade 39.
Central 8176 - Palæ 8176.

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. Centralvarme, rind. vand, smuk beliggenhed, strand, stor have. Vegetarisk mad, råkost, diæter. Tlf. Fåborg 184
Nanna og N. Brødsgaard Pedersen.

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

RÅSTRUP KURSTED
(ved Christiansminde, Svendborg)
Modtager gæster til ferie, hvile og behandling
Anna Ullerup Haahr - Svendb. 755

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

Frydenstrand Badesanatorium
FREDERIKSHAVN
Læge: Ejnar Eriksen.
— *Forlang prospekt og prisliste* —

»VEGETARISK KØKKEN«
ODENSE — Kongensgade 39²
Byens sundeste mad
OVE JACOBSEN

Aktuelle boger
Nye udgaver.

★ *Elna Regner Andersen:*
Nordisk Reformkost for Sunde og Syge.
Kr. 5,00.

★ *Are Waerland:*
Mit ernæringssystem (på dansk)
Kr. 7,50.

Sendes pr. efterkrav ell. mod frim.

H. Henningsens boghandel
Vesterbrogade 32, København V.



Landsforeningens mærkat.

Adresserne på *danske kiropraktorer* findes i Kraks vejvisers og telefonhåndbøgernes fagregistre.

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 dyrplagerianmeldelser.
Årskontingent 5 kr., medlemsbladet »Dyrets Værn« tilsendes medlemmerne gratis.
Indmeldelser modt. af formd.,
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.

FOLKEBLADETS BOGTRYKKERI – RINGSTED