# Vegetarisk Tidsskrift

I dette nummer bl. a.:

Nytårsfesten den 2 anuar

Generalforsamling i Københa[illegible]-afdelingen

Virkelighed contra hjerne ind

Hjemmestrikkede dogmer

Udgivet af Dansk
Vegetarisk Forening

45. årga[illegible]
num er 1
ja.nuar 1952

# Ren vegetabilsk margarine

Til underretning for Dansk Vegetarisk Forenings medlemmer skal vi meddele, at Den Sanitære Fødevarefabrik, Baldersgade 14, Kbhvn. N., er den eneste, som har tilladelse til at fremstille margarine, vitaminiseret uden dyriske produkter. 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 (1951) må forevises. Fra provinsen opgives medlemskortets nr.

---

*Foreningens og formandens adresse* er: Havebrugskonsulent H. Mosegaard, Ågade 114², Kbhvn. N., GO 1163u, postkonto 256 56. Mosegaard er tillige kasserer og ansvarhavende redaktør af *Vegetarisk Tidsskrift.*

*Københavnsafdelingens formand og foreningens næstformand:* repræsentant N. Nielsen, Åbakkevej 19¹, Kbhvn. F., DA 8222y.

*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. Livsvarige medlemmer kr. 75,00, ægtepar kr. 100,00.

*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.
Frydenstrand Badesanatorium, Frederikshavn.
Horseløkke Kurhjem, Fåborg.
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.
Skodsborg Badesanatorium, Skodsborg.
„Eckbohus", Bjerre strand pr. St. Fuglede (sommer).
Råstrup Kursted, Christiansminde, Svendborg.
Vegetarisk Spisesalon, Nørregade 6, Vejle.

---

**Vegetariske spisesteder i OSLO:**

Frisksportrestauranten, Grensen 18.
Råkostkurstedet „Vegeta", Drammensveien 201.



*Kaptajn Jespersen (t.v.) spiser råkost under troldtræet. Konsulent Mosegaard ser til.*

# Nytårsfesten den 2. januar 1952

Råkosten blev spist i skæret fra levende lys og under et troldetræ med japansk blod i årerne. Overgartner Carl Johan Hansen holdt en tale med mottoet: Sig noget, når du taler! Og han sa' virkelig noget, bl. a. dette, at det personlige eksempel ikke kan undlade at gøre sin indflydelse.

Fru Ellen Pille manede til samarbejde og forståelse i stedet for at dele os i splittede lejre, — og her havde hun nær taget brødet ud af munden på kaptajnen, der til at begynde med mindedes dr. Ottesen og hans banebrydende indsats for folkesundheden. Det var hans ånd, der havde bevæget ham til at møde her for at give os det glatte lag. Og det kan nok være, at vi fik en ordentlig omgang, inden kaptajnen slyngede sit *Slut!!* ud over vore beskæmmede hoveder!

Han bebrejdede os, at ikke alle vinduer stod på vid gab, ligesom han forlangte at vide, hvor mange af os der havde fået koldt vand over hele

kroppen i stedet for om næsen den dag. Må jeg se din tunge? — og så fremdeles.

Formanden blev direkte spurgt, om der forelå nogen statistik over medlemmernes antal af sygedage, hvad han måtte beklage, at der ikke gjorde; men adskillige var dog ivrige efter at meddele, i hvor god kondition de var, og næstformanden mindede om, at det var uretfærdigt at drage direkte sammenligninger mellem vore sygedages antal og folks i almindelighed, eftersom mange først kom til os, når der ikke var anden udvej.

Kaptajnen fandt det beskæmmende, at vort medlemsantal kun var 700; det burde have været 700.000. Og så kom det konstruktive forslag, der gik ud på, at vi i lighed med, hvad idrætsfolkene havde gjort, da de startede Dansk Idræts Forbund, i stedet for at isolere sig i hver sin snævre bås skulle starte et omfattende ernæringskulturforbund, hvori alle kunne mødes i samarbejde, ikke mindst ernæringsfysiologer og andre med videnskabelig ballast.

Thi ligesom han mente at kunne konstatere, at mange af os trængte til frisk luft og koldt vand og specielt formanden til at gå nogle kilo ned i vægt, så trængte idrætsfolkene til at vide noget om virkelig sund levevis — også uden for de træningsperioder, hvor de var pisket nødt til det for at kunne være i form og for at opnå de så eftertragtede „blikskilte".

Kaptajnen havde ikke meget til overs for rekordjageriet og de trofæer, som kunne hjemføres ved øjeblikkelige præstationer, når ikke legemet som helhed blev trænet til et sandt tempel for ånden.

Såfremt vi ville tage tanken om et sådant forbund op, tilsagde kaptajnen os sin kraftigste støtte, og han har før vist, at han kan få folk i tale og få dem til at handle. Men selv om vi fyldte ganske pænt i den smukke Ansgar-sal, så skulle forslaget jo have været ud til meget større kredse og helst med det samme. Vi forsøgte også at interessere bladene, men så vidt vides har kun Social-Demokraten bragt en kortere omtale af kaptajnens forslag og så må vi se at finde frem ad andre veje. Hvem vil hjælpe os?

Det var med taktfaste håndklap, at kaptajn Jespersen blev fulgt til døre, og de, som anede, at han næste morgen ville fortsætte sin dommedagstale over os, blev heller ikke skuffede. Da det gik værst ud over formanden og hans strengt taget overtallige kilo, må han måske her i al stilfærdighed minde om, at der er vegetarer nok, som har gjort andre bange for at slutte sig til bevægelsen af frygt for til sidst at omkomme af sult, og derfor kan et eksempel på det modsatte måske have sin betydning.

Følgende rapport fra en nordsjællandsk landsby er absolut i overensstemmelse med sandheden: Man sendte bud efter havebrugskonsulenten for at høre om dyrkning af havesager, og han undlod ikke at prale af, at hans gode huld stod i forbindelse med et rigeligt forbrug udelukkende af havens produkter. Året efter kom der igen en indbydelse, som han anså for at være en misforståelse; men nej, man ville have ham op til kontrol!

Og da dette gentog sig efter nogle års forløb, måtte forsamlingen, der

blev større for hver gang, erkende, at det virkelig lod sig gøre at leve som vegetar og endda bevare ikke alene huldet, men også humøret.

Og til kaptajnen, som var så streng og så logisk og stillede de allerhøjeste fordringer netop til frisk luft, har formanden denne lille ripost: Hvordan kan tilståelsen om, at De „ryger og drikker som en gammel feltsoldat", bringes i blot nogenlunde logisk forbindelse med kravet om frisk luft? Er nikotin ikke en af de allerstærkeste gifte, som findes, og er det ikke et ganske usandsynligt indgreb i andre menneskers ret til frisk luft, når der arrangeres veritable giftgasangreb på dem?

Det skal dog tilføjes, at kaptajnen den aften nøjedes med at vise sit sølvcigarfutteral frem — mærkeligt nok med spejdernes bomærke på.

Storm P. gav os engang hele denne mangel på logik i følgende lille ordskifte mellem et ægtepar, der er søgt ud i naturen: Ih, hvor her dog er en dejlig frisk luft! — Ja, det har du ret i, Sofie; jeg tror, jeg vil tænde mig en cigar.

Nå, tilbage til festen, som efter at stormens sus havde lagt sig, fik et yderst blidt forløb, idet fru Norgran og frk. Kirsten Trane forlystede os med sang og musik. Vi véd af erfaring, hvad vi får, når vi beder dette kunstnerpar om at underholde os. Vi håber, at vi fortsat må kalde på deres assistance.

Fru Nielsens regnestykke, der gik ud på, at hvis blot hver af os til næste år mødte med endnu en deltager, så var vi dobbelt så mange, mødte ingen modsigelse, og til sidst fik vi muntre historier og tørre vittigheder serveret net af frk. Mortensen.

Men vegetarer bør ikke være natteravne, og der ligger et langt arbejdsår foran os. Flere gav udtryk for, at samværet en sådan aften er en god stimulans, og kaptajnens ildnende ord og stærke formaning om sammenhold gjorde dybt indtryk på os alle.

## Kassereren beder indtrængende

om, at alle vil benytte den i dette nummer indlagte giroblanket til indsendelse af kontingent for det nye år. Der er på kortet også en linie, hvorpå der kan anføres, hvilke gaver man vil betænke foreningen med. Man kan også bestille mærkater eller litteratur til uddeling.

Det er ikke alene billigere at benytte denne blanket end at afvente en opkrævning med det opkrævningsgebyr, som postvæsenet forlanger, men det skåner også os for en hel del arbejde og andet.

## Hormonfedede kyllinger

blev et sted i Amerika indirekte årsag til, at bestanden i en hel minkfarm degenererede og blev ude af stand til at formere sig. Dyrene havde nemlig fået noget af det samme foder som hanekyllingerne, og det undlod ikke at gøre sine virkninger.

Man skal åbenbart være forsigtig med den slags ting og heller ikke udsætte sig for, at hormonvirkningen fortsætter i de organismer, som fortærer de dyr, som fik dem først.

## Man må forbavses

over den lethed, hvormed de brancher, som virker i nedbrydningens tjeneste, får adgang til gennem mikrofonen at påvirke lytterne. Man viger end ikke tilbage for at udsende veritable ekspeditioner til de egne, hvor druerne dyrkes, men i stedet for at udmale, hvor sundt og godt det ville være at sende disse lækre frugter i frisk tilstand til vore mere kølige og vintertågede egne, evt. komme dem på flasker som flydende solskin i lighed med æblemosten, så udmales det, hvor rene de nøgne fødder er, eller bliver, når de tramper druerne i stykker for at lade saften gå i gæring, hvorved en væsentlige del af næringen ikke alene går tabt, men for en del omdannes til den kendte giftige forbindelse $C_2H_5OH$.

Derefter arrangeres en klinkeaften med al den forlorne glaskultur og pjattede snak om duft og smag, og hvorledes det er værtens dyrebare pligt at sørge for, at hans gæst befinder sig godt ikke alene under gæstebudet, men også dagen derpå. Det blev ikke oplyst, hvorfor man så fortrinsvis serverer simple giftstoffer for ham i stedet for sunde frugter eller anden sund mad og drikke. Tværtimod søgte man at forklare, at disse ædle årgange var noget ganske eksceptionelt til trods for, at enhver, der har gået i mellemskolen, dog véd eller bør vide, at det stof, som frembringer det kemiske humør, er akkurat det samme, enten det stammer fra de fineste druer eller fra danske kartofler.

Man fik heller ikke at vide, hvorfor druernes oprindelige duft og smag udsættes for destruktion, hvorefter man nøjes med de nedbrydningsprodukter, som fremkommer samtidig med, at gærsvampenes stofskifteprodukter — ekskrementer — opstår af diverse sukkerarter. Derimod blev der bebudet en tredie udsendelse af samme art. Man må forbavses.

## Vi bringer »sporten«

Jeg sidder i Forum og søger at holde vejret, mens jeg skriver denne natlige rapport fra seksdagesløbet. Tre dybe indåndinger — og det ville være den visse nikotinforgiftning!

I almindelighed kræver læseren, at en reporter skal give dem atmosfæren fra den begivenhed, han skriver om, men det vil i dette tilfælde blive en opremsning af baciller, cigaretmærker, apotekerdufte og ubestemmelige luftarter, blandet med et højtryk af påskebryg og en em af pølser. Den kaloriemættede atmosfære i Forum vil give stadslægen store tal at regne med i næste uge. —

Såvidt den Gyldenblonde i „Politiken". Ja, han fortsætter med at erklære, at han på grund af tågen ikke er i stand til at se, hvad klokken er, og gang på gang har såvel rytterne som deres pårørende klaget sig over dårlig hals og dårlige øjne på grund af den ulidelige tobaksrøg.

Hvordan må der ikke se ud i de stakkels menneskers lunger? De er såmænd at beklage, men de har dog et mål: det daglige brød og lidt til; men hvad med tilskuerne, der kræver dette galimatias sat i scene? Er de ikke også at beklage? Man skulle da synes det.

# Hvilke af vore »dogmer« er hjemmestrikkede?

Blandt det sammensurium af dogmer og postulater m. m. m., som ofte fremføres af store eller små kapaciteter inden for vore rækker, er der en del, som synes mig at komme ind under begrebet selvskabte plager — f. eks. dette, at man bør afholde sig fra at anvende både frugt og grønsager til samme måltid. Der er også en række andre konstellationer, som skal være mere eller mindre heldige eller absolut utilladelige: frugt + brød eller andre kornprodukter; til gengæld skal det gammelkendte mælk + brød være anerkendt som særdeles godt for menneskenes børn, ganske bortset fra det naturstridige i anvendelsen af mælk og mælkeprodukter til voksne mennesker, ligesom man tilsyneladende helt overser det faktum, at samme mennesker ikke har tænder, hvormed det kan tygge modent korn.

Men lad os nu blot antage, at urmennesket, som vi bør udnævne til højeste dommer i denne sag, har vænnet sin organisme til noget i retning af måltider i stedet for at småspise, så snart der viste sig noget at putte i munden — sidstnævnte antagelse kan udmærket være rigtig — og at han har haft sine botaniske kundskaber i en sådan orden, at han har kunnet skelne nøjagtigt mellem, hvad der er frugt, og hvad der er grønsager — mon han så har rettet sig strengt efter en sådan viden?

Det kan i hvert fald siges med sikkerhed, at det moderne menneske er i absolut vildrede med, hvad der er hvad.

Er en tomat f. eks. en grønsag? Det er en eenårig urt fra køkkenhaven, men i torveberetningen står den under frugter, hvad den jo også er. Er grønærter grønsager? Nej, såmænd er de ej, det er umodne frø, der må rangere sammen med frugter. Modne bønner ligeså, medens f. eks. snittebønner, der anvendes med bælgene, er et ubestemmeligt mellemstadium.

Rabarber er bladstilke, forresten med et stort indhold af oxalsyre, medens spinat som regel er såvel bladplader som bladstilke ligesom de fleste former for kål. Blomkål er derimod noget for sig; det er blomsteranlæg, som på et vist tidspunkt danner et „hoved". Det må dog her bemærkes, at det meste af det omtalte ikke er de oprindelige former, men kulturprodukter, der i mange henseender afviger væsentligt fra ophavet. Artiskok er dele af blomsten. Hvad er en salatagurk? En frugt eller en grønsag? Den bør vel kaldes en frugt, men da frøanlægene undertrykkes som følge af den dampmættede luft i dyrkningsrummene, således at der ingen frø fremkommer, ja, er det så en grønsag?

Såfremt der ved hjælp af moderne hormonpræparater produceres tomatfrugter uden deres normale indhold af frø, kan man ligeledes fundere over, om en sådan „frugt" ikke derved forandres til en grønsag.

En asparges er en stængeldel ligesom vor ven kartoflen, der vel er vor vigtigste grønsag, selv om den konsekvent kasseres, såfremt den viser grøn farve.

Om urmennesket har anvendt kartofler og i så fald i tilberedt eller i utilberedt tilstand, er vel tvivlsomt, eftersom det ikke menes, at urmennesket har haft sit hjem sammesteds som kartoflen, men hvis de havde haft lejlighed til at pleje omgang, er det usandsynligt, at smagen ville

have tiltalt mennesket, selv om han havde været i stand til at rode knoldene op med sine flade negle, og han har næppe vovet at anfalde „de små folk" for at skaffe sig honning som smagskorrigens.

Og når vi så er nået til smagsevnen som noget, der skal vejlede os ved valg af fødeemner, så støder vi her på noget højst ulogisk, når talen drejes ind på løg, ja, endog hvidløg, der for det normale menneske er mere eller mindre modbydeligt og må tilsløres på en eller anden måde, ja endog puttes i kapsler for i det hele taget at kunne få det ned. Det er muligt, at disse planter indeholder diætetiske, ja måske medicinske stoffer, men hvorledes har menneskene fundet frem til dem, når de har taget ophold sammen med disse skarpe, svovlholdige æteriske olier?

Ja, for det skulle vel ikke også være en af de selvskabte plager?

Mon ikke tiden er moden til at tage sådanne „dogmer" op til kritisk revision og kassere, hvad der ikke kan stå for nøjere prøvelse? Vil man fortsat hævde, at der ikke må anvendes såvel frugt som grønsager til eet måltid, må man i hvert fald først definere, hvad der er det ene og hvad det andet, og det kan, som det ses, være svært nok — og det bliver nok endnu sværere at bevise, hvorfor man skaber og opretholder den slags plager.

## Virkeligheden er altid mere fantastisk end selv det mest kunstfærdige hjernespind

På de lette hedejorder i Jyllands vestlige egne træffes mange steder spor, som siger den kyndige, at her har boet mennesker med et forholdsvis højt udviklet agerbrug. Disse oldtidsagre tegner sig ret tydeligt med lave jordvoldinger omkring, i hvilke der kan påvises karskår og rester af redskaber, som siger, at det er jernaldermennesker, som har levet her for en tid, men er forsvundet igen og atter har overladt deres møjsommeligt opdyrkede agre til den brune lyng.

Man har gisnet om, at årsagen til denne tilbagegang i befolkningstætheden skulle skyldes en klimaforværring, idet bronzealderens ret høje middeltemperatur og forholdsvis tørre klima ændrede sig til det mere fugtige og kølige; men nu har professor Glob i Århus fremsat en helt anden teori, som synes at være så lysende klar, at den må overbevise enhver. Det har nemlig vist sig, at en lidelse, som kvæget netop i de samme egne kan komme ud for, og som hidtil har været omgivet af en vis mystik, er mangel på kobolt. Dyrene bliver utrivelige og ufrugtbare, så det er ganske ligetil, om en befolkning, hvis hele ve og vel er bygget op på et udstrakt kvæghold, må fortrække til andre egne eller gå til grunde, når det, som man fra gammel tid har kaldt for vosk hos kvæget, sætter ind.

Men hvorfor kan dyrene nu ikke ved Herning skaffe sig de yderst små mængder af kobolt, som det drejer sig om, når der ingen vanskeligheder er ved Horsens?

Forklaringen må søges i den omstændighed, at jorderne på den anden

side højderyggen har været udsat for en meget grundig udvaskning af alt det smeltevand, som fra bræerne søgte ud mod vest, og derved er kobolten opløst og fjernet. Hvis det nu havde været således, at der ingen planter kunne gro dér, hvor kobolten manglede, så kom dyrene, der skulle leve af dem, ikke ud for vanskeligheder, men planter, som ellers kræver en hel række stoffer i større eller mindre mængder, behøver ikke kobolt, men kan ikke undlade at optage små mængder, hvor det findes i jorden.

Når vi derfor hidtil har fantaseret os til, at det var det fugtige klima, der drev kimbrerne fra deres hjem for til sidst at blive tilintetgjort af romerske soldater, så synes det nu godtgjort, at den rigelige regn netop har været til gavn for de lette jorder, som det drejer sig om, men at det var den mystiske vosk hos kvæget, der satte skred i folkevandringen.

Kan planterne leve uden kobolt, medens dyrene kræver dette stof, så forholder det sig lige omvendt med et andet af grundstofferne, nemlig molybdæn. Dog er denne vor viden af ret ny dato, eftersom man indtil for ganske få år siden ikke mente, at molybdæn var nødvendigt for planterne, hvilket kan forklares ved, at man ikke tidligere var i stand til at fremstille så rene næringsvædsker, at der dog ikke var så meget molybdæn til stede som urenheder, at dyrkningsforsøgenes resultater blev falske.

Jorden i vort lille land må øjensynlig være velforsynet med molybdæn, eftersom der ikke hidtil er konstateret nogen mangelsygdom hos planterne i modsætning til, hvad er er tilfældet i udstrakte områder f. eks. i Australien; men fænomenet er for første gang konstateret i en blomkålsafgrøde så langt borte som i Julianehåb.

Det viste sig, at planternes blade fik abnormt forlængede stilke, og hoveder blev der ingen af. Der var lidt vanskeligheder med at få stillet den rigtige diagnose, fordi det var første gang, danske forskere stod over for fænomenet, men da dette først var erkendt, kunne recepten, der skal forebygge gentagelser, straks skrives, og den lyder på 50—100 gram ammoniummolybdat pr. 1000 m².

50 gram er ikke mere end et par spiseskefulde af stoffet til en have af middelstørrelse!

Tilsyneladende tangerer anvendelsen af så mikroskopiske mængder det magiske — i hvert fald minder det om visse præparater, som ordineres ifølge diverse filosofiske eller halvt okkulte systemer. Men der er den forskel fra disse, at her drejer det sig om håndgribeligheder og fakta fundet i de finest arbejdende laboratorier og forsøgsfelter i modsætning til tåget hjernespind og påståede resultater, som dog kun kan erkendes af de indviede.

Øjensynlig bor der i mennesket en mystisk trang til at opstille systemer og foretage sig mærkelige ting, ofte i forbindelse med månens og andre himmellegemers gang over himlen; men selv det mest kunstfærdige hjernespind kan dog aldrig måle sig med naturens egne og ubønhørlige love. At udforske disse og udnytte den erhvervede viden til gavn for menneskeheden skulle synes at være af større værdi end alverdens mystik.

## Alene i Danmark slagtes der årligt 5 mill. svin

5 millioner hjertesnit, 5 millioner kastrationssnit, 5 millioner øremærker + ukendte millioner af spark og slag under opdræt, transport og slagtning. Ophejsning i taljer, der i hvert fald hos overfede dyr medfører indre kvæstelser. Dødsangst når blodlugten når de intelligente dyr.

Alt dette og meget mere blot for at tilfredsstille vane- og smagsindstillinger, som med lidt velvilje kan karakteriseres som lidet menneskeværdige, og som af dyreværnsforeningens formand blev betegnet med disse ord: „Såfremt husmødrene vidste, hvilke lidelser der går forud, kom der sjældnere kød på bordet, og Vegetarisk Forening ville få mange medlemmer."

Lad os *først* slette denne skamplet på vor civilisation og lad os derefter prøve, om vi endnu formår at rødme, hver gang et sagesløst dyr må lide for at redde børn og voksne for lidelser og død. Den anvendte forretningsgang er om ikke hul i ho'det så dog noget i retning af at afsi myg og nedsvælge elefanter, endda meget svære „elefanter".

Om menneskenes forhold overfor dyrene en dag skal gøres op, ved jeg ikke, hvilken værdimåler for lidelse der vil blive anvendt; men jeg er sikker på, at de her anførte milliontal vil veje tungt som elefanter ved siden af den „myggevægt", som antagelig vil blive lagt ved siden af, forsynet med en lille undskyldende sløjfe.

Det er nemlig slet ikke sikkert, at hverken dyr eller mennesker vil være glade for, at vi i dag afskriver den viden, vi har, og den, der kan forventes om sygdom og lidelser, der evt. kan forebygges ved, at samvittighedsfulde videnskabsmænd, i mindst mulig udstrækning selvfølgelig, betjener sig af dyreforsøg.

I princippet må vi være imod alt, hvad der fremkalder lidelse; men det skader heller ikke med lidt sund fornuft, og vi vil tillade os, så snart lejlighed byder sig, at gentage, at enhver sand dyrebeskyttelse må hvile på vegetarismens grundvold.

## Isen er brudt!

Det vakte en vis opsigt, da skibsreder Lauritzen lod et nyt skib døbe i vand fra Ribe å i stedet for i champagne, og nu er et skib, der er beregnet til sejlads i grønlandske farvande, blevet døbt i smeltevand fra indlandsisen, der dog igen var frosset ned til en isklump.

Isen er brudt!

## Malerinden Anna Margrethe Grosell

oplyser over for os, at hun og hendes mand var taget til tyrefægtning for bl. a. gennem optagelse af film at ville samle agitationsstof imod disse barbariske skuespil, og hun var ked af, at det blad, som var vor kilde, havde udnyttet interviewet på en sådan måde, at vi let kunne få et helt andet indtryk end det, der var formålet.

Selvfølgelig er vi dyrevenner glade for, at mange kunstnere er i besid-

delse af følsomme sind, og vi beklager, at vi har taget vor kilde bogstavelig. En anden gang må vi prøve at se igennem formen og finde frem til det, der var meningen.

## Hvi ser du skæven - -

En mand, som kalder sig ernæringsekspert, og som er „Ekstrabladet"s profet, udtaler sig sålunde:

„I min trediveårige virksomhed som foredragsholder i ernæringsspørgsmål har jeg set raske og forstandige mennesker gribes af fuldkommen fanatisme, når det gælder mad. Nogle råber på mælkediæt, andre taler blot om råkost, alle har de et ritual, som de følger. Jeg kan ikke gentage ofte nok, at i min lære er der ikke den mindste tale om ritual eller kultur — — —"

Kære hr. Gayelord Hauser, hvi ser Du skæven i dine medbrødres øjne, men bjælken i dit eget har Du altså ingen anelse om, selv om den er aldrig så åbenbar! Der er næppe mange, som har læst blot nogle få udgydelser fra den kant, som ikke er klar over, at *hans* religion kun har ganske få bud, men til gengæld ofte gentaget: Yogurt, hvedekim, tør ølgær, skummetmælkspulver og sirup. Hvis ikke budene nævnes i selve artiklen, findes de dog i de tilsluttende annoncer.

Som et lille anhang til profetens budskab gentages det atter og atter: Rigelig med æggehvidestoffer, 60—90 gram daglig. Intet er nyt under solen. Samme påstand var almindelig også herhjemme, indtil dr. Hindhede slog dogmet ihjel, men det må altså have adskillige liv, siden det vender tilbage, oven i købet brugt af en af de store profeter.

Var det ikke Grundtvig, der engang bad himlen bevare sig for at blive grundtvigianer?

## Generalforsamling i Københavns-afdelingen

*mandag den 25. februar* kl. 19,30 hos skoleinspektør O. Egerod, Svenskelejren 18.

Dagsorden iflg. lovene.

Forslag fra bestyrelsen om ophævelse af afdelingen, således at medlemmerne fortsætter direkte under landsforeningen.

Derefter, antagelig kl. 20,15, vil Karen Rie Rasmussen demonstrere den specielle form for afslapningsøvelser, som vi alle har hørt om, men som de færreste af os har set.

Medens generalforsamlingen kun er for medl., beder vi Dem tage venner og bekendte, unge såvel som ældre, med til denne interessante demonstration. Først når vi lærer at slappe af, kan vi genvinde den styrke, der er ønskelig i urolige tider.

Velkommen til Bellahøj!

*Bestyrelsen.*

Pastor Sandbæk har i „Politiken" fremsat diverse påstande, som nok kunne opfordre til modsigelse. Nedenstående indlæg blev dog *ikke* optaget:

# En ordre kan undertiden være på sin plads, når fornuft ikke modtages og formaning frabedes

Pastor Harald Sandbæk har en god ven, der anvender en ikke ringe tid på at vise alle stakkels slaver af nikotinen, hvor meget fornuftigere det ville være at holde op, og hvor meget nyttigt man kunne få for alle de penge, man ryger op.

Pastoren indrømmer, at vennen har så evig ret, men ønskede ikke at være træl for fornuften, der gør os alle til „en samling effektive robotter".

I samme nr. af „Politiken", som var budbringer for præsten, forekom en meddelelse om et tredobbelt sammenstød på Frederikssundsvej som følge af, at føreren af det ene motorkøretøj fik cigaretaske i øjnene. Nå, han har vel bare demonstreret sin ret til ikke at være en effektiv robot eller træl for fornuften.

Pastoren gentager derefter sin tidligere fremførte påstand om, at folk skal da virkelig have lov til at anvende et eller halvandet tusind kroner for at få datteren standsmæssigt konfirmeret, selv om samme datter derved går glip af den realeksamen, hun måske kunne have haft mere nytte af.

Men man skal altså ikke være slave af fornuften.

Tiltrods for, at pastoren fremfører sine udtalelser under overskriften: Formaninger frabedes, slutter han selv med en formaning om at gå ind i arbejdet for et samfund, der kan uddele realeksamen og andre goder til alle sine borgere.

Jeg vil afstå fra at tale fornuft til præsten, men nogle af os aner dog vistnok den mulighed, at samme datter, han omtaler, let kunne være holdt til bogen for det beløb, som fatter smider direkte ud i luften i form af tobaksrøg, og han skal iflg. præsten have lov til at lade fornuften hvile såvel den dag, der er fest, som under hverdagens produktion af giftgas til at forpeste luften for såvel sine egne børn som andre mennesker, der undertiden er nødt til at være i hans nærhed.

At det ikke altid er en nydelse at være sammen med rygere, kan man let konstatere, idet ens kat pure nægter at være i ens nærhed, når man kommer hjem fra generalforsamling, samtidig med at man føler sig svinet til såvel ind- som udvendig.

Men da præsten formentlig tager møllehjulet af, inden han tænder osepinden, behøver han vel ikke at bekymre sig om den forargelse, det evt. kan være at give børn dette gode eksempel, der som intet andet kan gøre dem til „effektive robotter".

Jeg har nok i nogen tid bemærket en annonce for et medikament, der kan medføre afsky for tobak, men har hidtil ment, at det var alt for godt til at være sandt, indtil en mand af mit bekendtskab førte bevis for, at medikamentet havde hjulpet ham over den hunger efter tobak, som ingen

storryger kan stå for, når først han har måttet undvære giften et døgn eller to.

Det koster iflg. brochuren 9,85 alt beregnet at slippe af med lasten een gang for alle, og da jeg som sagt skal afstå fra at tale fornuft direkte til præsten, endsige komme med formaninger, kunne jeg tænke mig at stille dette forslag til de rette myndigheder, at de fremsender en sådan pakke medicin med tilhørende brugsanvisning samt ordre til at anvende den efter sin bestemmelse til samtlige rygende præster i landet. Det vil kun være en ringe merudgift i forhold til den gage, de ellers oppebærer. Æsler skal undertiden skubbes ind i paradis.

## 100 år uden øl og pålæg på brødet

Fhv. møller Hans Mikkelsen, Eskildstrup, har boet på Falster i alle de 100 år og er fortsat forbavsende åndsfrisk, selv om det kniber med hørelsen. Det var en datterdatter, der lærte ham at drikke vand i stedet for øl, så det er altså ikke udelukket, at der før hendes tid er konsumeret en del af denne vare. Da Hans Mikkelsen var 86, cyklede han fra Falster til Hornbæk og tilbage. Da han i sin høje alderdom fandt på at ville spille violin, byggede han selv en sådan og lærte at spille på den.

Det er den slags eksempler, der måske kan tydes som naturens gode vilje til at lade menneskene opnå en høj alder og vel at mærke en alderdom med kræfter og åndsevner i behold, men som i almindelighed ikke får lov at blive til virkelighed, og her kan ernæringsspørgsmålet være af betydning.

POLITIKEN har på fremtrædende plads bragt et interview med Mosegård, der har fået lejlighed til at fremføre sine teorier om de kolossale muligheder, der ligger i at afvikle landbruget og gå over til havebrug, den form for jorddyrkning, som kan yde så store næringsmængler, at ingen behøver at sulte, selv om menneskene fortsat formerer sig med svimlende hast.

Professor Borndorff, som vel nok er den største landbrugsekspert på det europæiske fastland — om man har dem større andre steder betvivles — har for nylig udtalt sig klart i samme retning.

Så er det blot at gå til sagen.

BERLINGSKE AFTEN meddeler, at antallet af vegetarer i London er steget med knap 20 % i løbet af de to sidste år. For to år siden var 117.000 af Londons godt 8.000.000 indbyggere vegetarer, nu er der over 140.000. Vegetarerne har derovre særlige rationeringskort, der berettiger dem til mere ost end almindelige englændere til gengæld for det kød, de ikke spiser.

Det var en lignende ordning, vi kæmpede for under rationeringsårene, men som vi ikke opnåede. Så vidt vi ved, er Danmark det eneste land, der ikke har kunnet finde nogen form for kompensation; tværtimod har vi med kontante penge været med til at billiggøre de andres flæsk.

# Det kaldes erhvervsidioti,

når det ikke lykkes at skaffe tilstrækkelige bevillinger til *også* at sende en fiskerikyndig til FAO-kongres i Rom. Sådanne fornemme steder er forbeholdt landbrugere, skovbrugere o. l., om hvilke det vides, at førstnævnte er specialister i at „forædle", d.v.s. ødelægge mange af de næringsmidler, som moder jord så gavmildt lader vokse, og hvorvidt de sidstnævnte kan producere andre næringsmidler til en sultende menneskehed end barkbrød og træsprit, foreligger der kun lidet eller intet om.

Vi er heller ikke saa bedrøvede over, at landbrugsministeren vil spare de penge, som fiskeren skulle have anvendt på en romerrejse, eftersom det, der hales ind fra havet, betyder så uendelig lidt, kun ca. 1—2 % af de kalorier, der spises her i vort havomflydte land, og som redningsplanke for Asiens sultende millioner kan selv den dygtigste fisker næppe komme til at figurere.

Vi har derimod bidt mærke i, at præsidenten for FAO, mr. Dodd, noget pessimistisk har erklæret, at hans organisation næppe har naaet at udføre mere end een tiendedel af det, som man satte sig som maal ved starten, ja, det menes endda, at stigningen i næringsmiddelproduktionen kun andrager 9 % i samme tidsrum, hvor befolkningstilvæksten andrager 12 %.

Hvornaar vil samme mr. Dodd dog indse, at det er de forkerte folk, han sender bud efter? Skal der rådes bod på verdenssulten, så send bud efter dem, der kan præstere mest mulig mad på mindst muligt areal og kortest mulig tid: havedyrkerne.

---


## 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

**Dansk Vegetarisk Forening's**

**litteratur**

*C. V. Pink:* „Hvad moder og barn bør spise" ... ... ... 0,50

*R. Bircher:* „Råkost for sunde og syge"... ... ... ... 0,50

„Råkostopskrifter"... ... ... 0,25
(10 stk. 2,00).

*Mich. Larsen:* „Naturhelbredelsen" ... ... ... ... ... ... 0,60

Portofrit — betaling kan sendes i frimærker.

*Køb og anvend foreningens mærkater.* De sælges i pakker à 30 stk. for 1 kr. portofrit. Foreningens emblem („Vegetarnålen") kan igen købes à 2,50 kr. Frimærker kan modtages som betaling.

**Det er usundt at ryge**

Det er videnskabeligt bevist, at det er usundt at ryge, hvad enten det er pibe, cigaretter eller cigarer. Så hold op ..... prøv SOS-kuren, som er den mest effektive metode til afvænning. Gratis brochure.

*Dansk Post-Service v/ E. Holm, Skanderborg.*

**Husbestyrerinde.**

ca. 35 år, søges af enkemand med 11-årig søn. Waerland-kost (råkost). Lille villa på strandgrund. Må være kompetent til lektiehjælp under event. længere ophold i syden. Henv.: arkitekt J. H. Bertelsen, Strandborgvej, Riisskov, Århus.

**Vegetarisk kostskole i Tyskland**

Interesserede bedes skrive til Frau Marie Flögel, Niederhausen, Taunus, Deutschland 16.


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*

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

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

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

**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*

**NYHED**
**Sundhedsmæssig kogebog for raske og syge**
*J. D. Henriksen og Nora Thomsen:*
**FRUGT**
TIL HVERDAG OG FEST.
*— 400 opskrifter —*
En nyttig håndbog for alle hjem.
Kart. kr. 8,50.
Sendes pr. efterkrav ell. mod frim.
**H. Henningsens boghandel**
*Vesterbrogade 32, København V.*

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



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 modtages af internatet, Peter Bangsvej 32, Go.4329

*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,*
*„Solborg", Skanderborg.*

FOLKEBLADETS BOGTRYKKERI – RINGSTED