

Vereins-Blatt

für Freunde

der natürlichen Lebensweise

(VEGETARIANER).

Jahrgang 1868—69, No. 1—10

Jahrgang 1869—70, No. 11—20

nebst

kurzem Inhalts-Verzeichniss.

Nordhausen, 1870.

Selbstverlag des Herausgebers Eduard Baltzer.

In Commission bei Ferd. Förstemann.

Inhalts-Verzeichniss.

A.

Abraham à St. Clara Seite 204.
Aegypten 171.
Affen 197.
Alpen 235.
Alter 48. 107.
Anden 235.
Apfelwein 247.
Araber 213.
Arbeitshaus 79.
Aubert, Prof., 173.
Audubon 217.
Ausland, veg., 223. 282.
Auswanderung 189.

B.

Backpulver 101.
Banian 239.
Bantingkur 255.
Bektaschis 205.
Bettelheim, Dr., 281.
Blattern 282.
Blut 206.
Blutarmuth 73.
Bock 89.
Boruttau, Dr., 278.
Breuer, Sl., 92.
Brod 10. 29. 62. 101. 142. 174. 193. 206.
Brod. Zeitschrift. 282.
Brauweiler 79.
Brunnenverderbniss 174.

C.

Chemie, S. 40 f.
Costanziella 99.

D.

Dalmatien 252.

E.

Eicheln 140.
Enderling 171.
Ersparniss 53. 71—72.
Erziehung 119.

F.

Finnland 103.
Fleischbrühe 100. 106. 167.
Fleischläden 251.
Flugblatt des Vorstandes 310.
Flugblatt 312.
Fragebogen 310. 311.
Füsse 122. 202—203.

G.

Garibaldi's Diät 45.
Gegner 81 ff.
Gesundheit 36.
Geschichte 51. 55. 139.
Getraide in Africa 285.
Gifte 75.
Gleizès 11.
Graham 58. — Brod 255.
Grönländer 222.

H.

L. Hahn, Festmarsch, 226. 286. 310.
Hefe 45.
Heilanstalt 175.
Hecker 172.
Herder 285.
Holberg 138.
Horn 73.
Hutten 126.
Hülsenfrüchte 13. 46.

I.

Impfung 12.
Instinkt 20. 71. 218.
Isenhorst 193. 209.

K.

Kaffee 73. 220.
Karmeliter 141.
Klopfleisch, Dr., 249.
Knörzner, Major. 70.
Kochbuch 74. 320.
Kochen 156.

Kochgeschirre 166.
Körpergewicht 42.
Krieger, Dr., 275.
Kubiczeck 93. 107 ff. 125. 141.
Kuhn, Volksbl., 282.
Kypke, Dr., 277.

L.

Lamprecht, Volksstimme, 250 f.
Lamartine 235.
Landwirthschaft 48. 79. 104. 115. 132.
Lebensverlängerung 219.
Legumisten 61.
Lender, Dr., 280.
Liebigbrod 10.
v. Liebig 163, dessen Nährsalze 78. dessen
Standpunkt 30.

St. Louis 106.
Lundahl 102. 125. 171. 238.
Luft 79.
Lungenschwindsucht 42.

M.

Mass der Nahrung 205.
Medicin 120. 156. 158. 189.
Mexico 199. 215.
Milch 134. 156. 311. 312 ff.
Milberg 239.
Modetemperament 317.
Mutterthum 228.

N.

Nagel, Dr., 9.
Naturanlage 33.
Naturalismus 85.
Natur 159.
Naturheilvereine 311.
Nasswalder Holzknechte 77.
Nährsalze 78.
Niemeyer 42.
Novara-Expedition 241. 257.

O.

Obsthäuser 43.
Obstkraut 44.

R.

Raupen 86.
Rauchhexe 253.
Religiöser Standpunkt 27. 65. 83. 84.

Rikli 170.
Rinderpest 282.

S.

Sacuntala 186.
Salz 123. 135. 166.
Schlaven im Alterthum 142.
Secte 84.
Seide, ersetzt, 203.
Shakers 172.
Statutrevision 309.
Statistik 154. 177. 307. 316 f.
Stimmen 27 ff. 39. 121.
Stiftung, veg., 177. 193.
Storch, Ludwig, 30—31. 49 ff.
Struve 5. 137.
System, harmonisches, 97.

T.

Thalysia 1. 179.
Thee 220.
Thierblut 69.
v. Tscherner 249.
Turner 95.

U.

Unnatur 134.
Universitäten 155.

V.

Vegetarianismus 113. 148 f. 225. 307.
Verein, Nordhäuser, 3, 26. 39.
—, Deutscher 26. 150.
—, Stuttgarter 76.
Vereinstag, 111., 145. 287. 2ten 305.
Vereinsblatt 152.
Verdauung 187.
Vergiftung, schleichende, 249.
Voit 40.

W.

Waisenhaus 311.
Wasser 129. 132. 174.
C. J. Weber 211.
Wege zum Vegetarianismus 17.
Weilshäuser, Emil, 143.
Weilshäuser, Gustav, 255. 278.
Winteritz, Dr., 276.
Wurmfortsatz 173.

Z.

Zähne 237.

Vereins-Blatt

für Freunde
der natürlichen Lebensweise
(Vegetarianer).

N^o 1.

Nordhausen, den 1. Juni

1868.

Motto: Si la vie était longue et plus assurée, en un mot, si l'homme ne vivait que de fruits, tout changerait aussitôt de face sur la terre.
Gleizes Thal. III, 8F.

Das heisst: Wäre unser Leben lang und mehr gesichert, kurz, lebte der Mensch ausschliesslich von Früchten: alsbald würde Alles auf Erden ein anderes Ansehn gewinnen.

Thalysia.

Es tönt ein Lied so glockenrein
Zu uns aus uralt-fernen Zeiten,
Mit Engelstimmen, Waldschalmei'n
Klingt's durch der Erde fernste Weiten:
Doch seine süssen, heil'gen Melodie'n
Scheint der gefall'ne Mensch bewusst zu fliehn.

Hörst Du es wohl? Es perlt herab
Auf all das Träumen, all das Wähnen
Der Welt und auf — ihr frühes Grab
In Millionen heissen Thränen:
Die Wahrheit seh ich und die Liebe weinen,
Doch ach, ihr Lied verstehn — sehn sie kaum Einen!

Die Welt liebt Blut, und wieder Blut;
Ihr Gott ist Mars, ist „Blut und Eisen“,
Und Thier und Mensch wird's Opfergut,
Ein Molochsdienst in neuen Weisen:
Wer fühlt, wer fühlt bei solchem Höllenbrodem
Noch unsers Hohenliedes Gottesodem?

Die Welt liebt Jagd, die heisse Jagd
Nach Geld und Ruhm und nach „Genüssen“.
So sinkt sie hin, des Lasters Magd,
Sie jagt sich todt und ihr Gewissen:
Wer wird im Lande gier'ger Sarkophagen
Noch nach der Freiheit ächtem Liede fragen?

Komm, Ceres, in die arme Welt,
Komm wieder, ihre Schuld zu mildern;
Bau Du Dein Haus, ein rein Gezelt,
Ein Musenreich den Menschenkindern:
Pomona mög' in Deinen Gärten glänzen,
Und Flora Dich, Du Ewigschöne, kränzen.

Des neuen Lebens neu Gebot
Wirst Du dann geben allen Ständen,
Zum Engel wandeln selbst den Tod
Wirst wieder Du und Frieden spenden:
Wir aber woll'n schon heut Thalysien halten
Und des Gesetzes, das Du giebest, walten.

VORWORT.

Die grösste Arbeitsmasse der Menschheit bewegt sich ohne Zweifel um deren Nähr- und Genussmittel. Ackerbau und Viehzucht, Jagd und Fischerei, Obst- und Weinbau, Hopfen- und Tabak-Kultur, Gemüsebau und Zuckerplantagen, Caffee-, Thee-, Cacao-, Oliven-, Citronen-, Dattelnwälder, die raffinierten Küchen- und Kellerkünste, Handel und Schifffahrt, die Alles, was der Erdkreis erzeugt, dem Gaumen zu Dienst zu stellen suchen: wie viel der menschlichen Arbeitskraft absorbiren sie wohl?

Und unter allen Einflüssen, die auf unser leibliches und geistiges Befinden geübt werden, kommen die stärksten — heilsame oder unheilsame — ohne Zweifel durch die Nähr- und Genussmittel uns zu. Aus ihnen bilden wir unser Blut, unser Hirn, unser ganzes System; aus ihnen vorzugsweise saugen wir Gesundheit oder Siechthum, Leben oder Tod; aus ihnen ziehen wir die Grundlagen unseres geistigen Daseins, aus ihnen Wohl oder Wehe für uns und unsere Nachkommen!

Gleichwohl ist der Mensch in Bezug dieser seiner Nähr- und Genussmittel in erstaunlichem Maasse sorglos, unwissend und sich selbst betragend.

Sorglos ist er, denn er folgt meistens blind der Gewohnheit, baut auf die „Unverwüstlichkeit seiner Natur“, der Genuss ist sein Abgott, und damit er selbst genieße, spekulirt er auf die Genussucht der Anderen. So erzeugt sich eine herrschende Unwissenheit über diesen Gegenstand, der dem Einzelnen wohl als (unnütze) Entschuldigung dienen kann, auf der Gesammtheit aber um so verderblicher lastet, als sie zu einer Art Bann wird, dem selbst Diejenigen sich nur schwer entziehen können, deren Beruf es vor Allem wäre, ihre Zeitgenossen hierüber aufzuklären. So kommt es, dass wir uns durch unsere Nähr- und Genussmittel selbst betrügen. Nicht meine ich das nur in dem Sinne, wie Klencke diese bewusste Betrügerei verdienstvoll genug enthüllt*), sondern wir betrügen uns unter einander unbewusst, indem wir in ausgedehntestem Maasse degeneriren, Körper- und Geisteskrankheiten erzeugen, die Moralität untergraben, die Sklavenketten uns selber schmieden, das Leben

*) Dr. med. Klencke, die Verfälschung der Nahrungsmittel und Getränke. 2 Bände. Leipzig.

verkürzen und Millionen in frühen Tod sinken machen, Alles, — ohne kaum eine Ahnung davon zu haben. Ja, viele der Besten unter uns weisen die vorliegende Frage als eine materielle ganz ab, denn, sagen sie, was hat der Geist mit dem Stoff gemein??

Und doch ist die Wahrheit so alt, so einfach, so schön, so beglückend, wie die Natur selbst, und ist in alter und neuer Zeit auch erkannt und ausgesprochen genug, aber wer hört auf ihre Stimmen?

Die Wenigen, die es zur Zeit bewusster Weise thun, werden verspottet von der Welt, und leben in der Vereinzelung, einsam ihren eigenen Weg gehend. Ist es nicht an der Zeit, dass wir uns die Hände reichen? Ist es nicht Zeit, dass wir uns in die reiche Literatur einführen, die über unser Evangelium existirt, und von der die Welt — vielleicht bis vor Kurzem wir selbst auch — so gut wie nichts wussten? Ist es nicht Zeit, dass wir gemeinsam unseren Weg sicheren, ihm freudiger, dankbarer gehen lernen, und unsere gemeinsame Stimme erheben, dass uns unsre Brüder allmählig hören, vielleicht auch zu ihrem und unserem Heile uns verstehen lernen??

Weil wir das an der Zeit halten, so berichten wir Einiges von dem ersten, schwachen Anfang eines Vereins, der diese grosse Aufgabe ahnet, welche, wenn sie gemeinsam gelöst würde, die Menschheit erlösen müsste. Ob und wie der Stein zum Stein sich fügen wird, hängt davon ab, wie Ihr, die Ihr uns hört und sehet, Euch an der gleichen Arbeit theilhaben werdet: eine Arbeit, der sich jeder unterziehen kann, eine Arbeit, die für jeden auch ihren Lohn unmittelbar selbst mit sich bringt. —

Erster Vereinsbericht.

1. Entstehung.

Es war in dem blutigen Jahre 1866, als der zufällige Besuch eines Vegetarianers und jetzigen Vereinsmitgliedes mir zum ersten Male Gelegenheit gab, mir ein Buch empfehlen zu lassen, durch welches man sich über Vegetarianismus unterrichten könne. Bis dahin war mir diese Richtung als eine abergläubische Sectirerei geschildert worden, die im Alterthum durch die Seelenwanderungslehre veranlasst worden und später von einzelnen Sonderlingen befolgt worden sei.

Nachdem ich so den Eingang in die betreffende Litteratur gefunden, wurde

mir die ungeheure Selbsttäuschung klar, in welcher ich als Kind meiner Zeit hinsichtlich dieser ganzen Angelegenheit gelebt hatte, sowohl in historischer als physiologischer und in ethischer Beziehung. Manches Räthsel, an das ich lange Jahre des Studiums gesetzt, wurde mir im Nu deutlich, und was mir fehlte, suchte ich durch die Mittheilungen der Fachgelehrten mir zu ergänzen.

Als meine Ueberzeugung im Wesentlichen nach allen Richtungen feststand, hörte ich mit einem Male auf, eine Lebensweise zu führen, die nach meinen nunmehrigen Begriffen eine unvernünftige war. Ich theilte es erst jetzt meiner Familie und einem Freunde mit, ohne ihnen die geringste Anmuthung zu machen. Ich wusste, dass

ich nöthigen Falls ohne Ansprüche an das Hauswesen von den einfachsten Dingen gesund leben könnte, und überliess es der stillwirkenden Macht der Wahrheit, ob sie die Meinigen und den Freund zur Umkehr bewegen würde. Es geschah bei Einigen auffallend rasch. Wir wenigen lebten nun still für uns in der neuen Weise und fiel uns nicht ein, eine Offensive zu ergreifen.

Allein die Sache ward ruchbar. Nach einiger Zeit wurde im „Männerbildungsverein“ öffentlich gefragt, ob das Fleischessen schädlich und was das für eine Sache mit dem Nichtfleischessen sei? Ein Arzt gab die Auskunft: „er habe noch nichts davon gehört, dass Jemand grundsätzlich kein Fleisch esse, es möchten wohl Einige sein, die es nur aus Armuth oder als Kranke thäten.“ Zu seinem Erstaunen meldeten sich zwei von uns, die gerade anwesend waren, bekannten, dass sie grundsätzlich kein Fleisch ässen, und ich erklärte mich bereit, wenn es die Versammlung wünschen sollte, darüber mich gelegener Zeit ausführlich auszusprechen. Es wurde gewünscht.

So kam es zu zwei öffentlich angezeigten Versammlungen, für diesen Zweck, in welchen ich mit Herrn Belitski gegen zwei Aerzte unsere Sache zu vertreten hatte. Ich übergehe die Schilderung dieser seltsamen Vorgänge, und bedaure nur heute noch, dass kein Stenograph verzeichnet hat, welche Gründe alle „im Namen der Wissenschaft“ gegen die natürliche Lebensweise angeführt wurden*). Es genügt hier zu bemerken, dass wider unsere Absicht die Sache Aufsehen machte, und dass natürlich bei den herrschenden Ansichten sich alle Spiesse gegen uns kehrten und besonders das leichte Geschütz des Spottes wider uns spielen musste.

Selbstverständlich konnte das nur die Wirkung haben, dass wir, wie die Kriegskunst überall lehrt, zu unserer

Defensive da, wo es nöthig schien, die Offensive nunmehr hinzunehmen. Denn wo öffentlich die Ehre abgesprochen wird, ist es natürlich, dass man seine und Anderer Ehre mit dem ganzen Nachdruck der Wahrheit vertheidigt. Die Sache selbst wurde von der geschäftigen Sage so entsetzlich entstellt, dass ich sofort beschloss, durch eine kleine Broschüre die heilsame Wahrheit, die sich an uns täglich mehr bewährte, denen die sehen wollten, ins Licht zu setzen. Im Januar 1867 waren jene öffentlichen Disputationen; im Februar erschien meine Schrift; „die natürliche Lebensweise“ etc, welcher das zweite Heft „die Reform der Volkswirtschaft vom Standpunkte der natürlichen Lebensweise“ bald nachfolgte. So kam es, dass in Nordhausen einige Freunde der natürlichen Diät oder sogenannte Vegetarianer erwachsen, und je vereinzelter sie standen und die allgemeine Stimmung gegen sich hatten, desto natürlicher war es wohl, dass sie unter sich enger zusammentraten.

2. Die Gründung.

Am Auferstehungsfeste, den 21. April 1867 war es, als wir in meiner Wohnung fünf der jetzigen Mitglieder beisammen sassen und untereinander redeten von alledem, was in diesen Tagen geschehen war, und wie die Idee, um die es sich handelt, allerdings „ein neues Leben“ in ihrem Schoosse trägt. Wir beschlossen daher einen Verein zu gründen und die wenigen Freunde unserer Sache, die es zur Zeit in Deutschland giebt, zu sammeln, und so vielleicht die erste Zelle zu bilden, aus der mit der Zeit das Grössere sich gestalte, zugleich aber örtlich Diejenigen zu sammeln, die auf diesem neuen

*) Einiges hierüber siehe in Ed. Baltzer natürliche Lebensweise I. S. 134.

Wege sich möchten weiter orientiren wollen. Wir gaben uns folgendes

Statut:

- § 1. Zweck des Vereins ist die Pflege der Gesundheit und Wohlfahrt durch naturgemässe Lebensweise im Sinne des Vegetarianismus.
- § 2. Ordentliches Mitglied ist, wer durch Eintragung seines Namens in die Vereinsliste es als seine sittliche Pflicht anerkennt, für sich und für Andere im Sinne des § 1 thätig zu sein.
- Ausserordentliche Mitglieder sind diejenigen, welche zwar der natürlichen Lebensweise folgen, aber noch nicht 14 Jahre alt sind; sie werden durch ihre Angehörigen in die Liste eingetragen.
- Auswärtige melden ihren Beitritt schriftlich an.
- § 3. Der Verein wählt jährlich zur Zeit des Stiftungstages einen Vorstand, welcher in Nordhausen wohnt, die Korrespondenz und sonstige Vereinsgeschäfte besorgt und dem Vereine verantwortlich ist.
- § 4. Die Vereinsversammlungen sind theils öffentliche, theils private, und haben den Zweck, einestheils die Erkenntniss wahrer Gesundheitspflege und somit den Willen dafür zu läutern und zu verallgemeinern, andernteils die Geselligkeit zu fördern.
- § 5. Etwaige Kosten des Vereins werden durch freiwillige Beiträge aufgebracht; der Vorstand legt darüber jährlich Rechnung.

Hierzu wurde später folgende Ergänzung beschlossen:

„Der Zweck des Vereins ist *a.* ein lokaler; die eventuellen Beiträge beziehen sich auf die Mitglieder am Ort. *b.* ein allgemeiner, nämlich die zerstreuten Vegetarianer zu sammeln, und vielleicht einen allgemeinen Verein anzubahnen.

Der Vorstand konnte vorerst nur örtlich sein.“

Zum Vorstande wurde Baltzer und Belitski gewählt, und letzterer zugleich zum Cassirer.

3. Zusammenkünfte und Correspondenz.

Ausser geselligen Zusammenkünften und Ausflügen wurden im Laufe des Jahres 14 Versammlungen gehalten, in welchen die Interessen des Vereins in parlamentarischer Weise verhandelt wurden. Zur Vorlesung kamen z. B. Plutarch's Reden über das Fleischessen; Democrit über die Aerzte; Hahn, über die Bräune; die Bantingkur; Aufsätze aus dem „Naturarzt“, Virchow, über die Fleischbrühe; Schleiden und Hallier über den Schimmel u. A. Einzelne Mitglieder hielten auch grössere Vorträge, z. B. über das Verhältniss der Motive, welche zur natürlichen Diät bestimmen; über die Impfung; über den Liebigschen Fleischextract u. A.

Einen reichen Stoff gab die ausgebreitete Correspondenz, welche sich gebildet hat. Ich möchte gern manchen begeisterten Zuruf, manche nützliche Erfahrung u. s. w. hier mittheilen, wenn die Discretion und der Raum dies gestatteten. Es genüge für jetzt, — mit seiner Genehmigung — die schönen einfachen Worte des Nestors der deutschen Vegetarianer anzuführen, des Herrn Gustav v. Struve, den wir uns erlaubten zu unserm Ehrenmitgliede zu erwählen. Vor 20 Jahren hatte ich ihn im Vorparlament in Frankfurt a/M. kennen gelernt, — und auf meine Zuschrift, die den Zweck hatte zu erfahren, ob er noch der alte Vegetarianer sei, antwortete er:

Stuttgart, verl. Friedrichstrasse,
27. Februar 1868.

Hochgeehrter Gesinnungsgenosse
und Freund!

Ihre Zeilen vom 24. I. M. waren mir ein neuer Beweis, dass ich nicht ganz

so vereinzelt in der Welt stehe, als man dem äussern Scheine nach glauben sollte. Als ich vor bald 36 Jahren aufhörte, mich vom Fleische lebender Wesen zu ernähren, wusste ich nicht, dass ausser mir irgend ein lebender Europäer ähnliche Ansichten hege. Seither habe ich erfahren, dass in allen Theilen Europa's und Amerika's sich Gesinnungsgenossen finden und dass eine reiche Literatur über diesen Gegenstand besteht. Als ich vor etwa 34 Jahren meinen Mandaras schrieb, kannte ich kein Werk von einiger Bedeutung, welches über diesen Gegenstand handelte. Seither ist mir ein reicher Schatz des Wissens erschlossen worden. Kennen Sie die Thalysie von Gléizès? Weilshäuser in Schlesisch Neustadt hat dasselbe aus dem Französischen ins Deutsche übersetzt, konnte es aber noch nicht drucken lassen. In Amerika sind mehrere Aerzte, früher Graham, jetzt Trall in Philadelphia, welche die Sache vom medicinischen Standpunkte beleuchten und nachweisen, dass die meisten Krankheiten ihren Ursprung in der Fleischnahrung haben.

Es würde mich sehr interessiren, zu erfahren, wie die 80 Mitglieder Ihrer Gemeinde auf ihre Ansichten gekommen sind und wie sie dieselben entwickelt haben.

Ich selbst kann wohl sagen, dass ich der vegetabilischen Lebensweise eine ungewöhnlich starke Gesundheit verdanke. Doch ist bei mir die moralische Seite der Lehre Hauptsache. Das Schlachten der Thiere, namentlich der so nützlichen und harmlosen Hausthiere war mir immer ein Greuel.

Gewiss hat Ihre Gemeinde eine grosse Zukunft. Denn wo Wort und That Hand in Hand gehen, ist die Entwicklung eine ganz andere, als wo dieses nicht der Fall ist, oder gar, wie gewöhnlich, in grellem Widerspruche stehen.

Mit herzlichem Grusse an die Nordhäuser Gesinnungsgenossen

der Ihrige

Gustav Struve.

Es ist, um etwaigen weiteren Missverständnissen vorzubeugen, hierbei nur zu bemerken, dass unter der „Gemeinde“ hier unser „Verein für natürliche Lebensweise“ zu verstehen ist, nicht die freie religiöse Gemeinde, deren Prediger ich bin. Allerdings aber verdienen örtlich verbundene Vegetarianer den Namen einer Gemeinde gewiss in dem Maasse, als ihnen die Idee, um die es sich handelt, in Fleisch und Blut übergegangen ist. Denn vortrefflich sagt Struve in einem spätern Briefe, worin er die Ehrenmitgliedschaft annimmt: „Ich habe schon lange Jahre meine Grundsätze festgehalten, als ich glaubte, in dieser Beziehung ganz allein zu stehen. Im Laufe der Zeit habe ich Gesinnungsgenossen diesseits und jenseits des Ozeans entdeckt. Ich werde meinen Grundsätzen auch ferner treu bleiben. Es wird mir jetzt um so leichter, da ich weiss, dass ich nicht mehr allein in der Welt stehe.“ Dann auf meine Schrift: „Pythagoras“ übergehend, bemerkt er unter Anderem: „Bald sind es dritthalb Jahrtausende, seit Pythagoras lehrte, und noch hat er nur Wenige gefunden, die seine Lehre im practischen Leben ausübten. So langsam schreitet die Menschheit voran. Allein die Saamenkörner, welche jener grosse Geist ausstreute, sind doch nicht verloren gegangen. Als mir vor 36 Jahren eines zufiel, befruchtete es meinen Geist. Ich hege keinen Zweifel darüber, dass die vegetabilische Lebensweise einen bedeutungsvolleren Keim menschlicher Entwicklung in sich schliesst, als der norddeutsche Bund oder irgend eine Verfassung, welche nur unterschrieben und beschworen, aber nicht vom Geiste reiner Menschlichkeit durchdrungen ist. Der

Gesichtskreis, welcher nur die Menschheit umfasst, die ganze Thierwelt aber unberücksichtigt lässt, scheint mir ein sehr beschränkter zu sein. Wie viel höher steht Derjenige, welcher Alles, was lebt, mit Herz und Geist betrachtet und behandelt! — Der moralische Standpunkt ist der allumfassende. Was moralisch gut ist, kann nicht in physischer Beziehung nachtheilig sein, denn die Weltordnung ist nicht nach vier Fakultäten zerrissen, wie unsere Wissenschaft auf Universitäten es ist!“

Vielleicht dient es beunruhigten Frauengemüthern zu einiger Beruhigung, wenn ich aus der zahlreichen Correspondenz hier eines Schreibens gedenke, welches im Verein zum Vortrag kam, nämlich aus dem Cabinet Ihrer Königl. Hoheit der Frau Kronprinzessin von Preussen, d. d. Neues Palais bei Potsdam, 26. Septbr. 1867, in welchem die hohe Frau dem Verfasser der Schrift „die natürliche Lebensweise“ für Uebersendung derselben ihren „verbindlichen Dank“ aussprechen und demselben versichern liess, „dass Ihre Königl. Hoheit mit regem Interesse von dem Inhalte derselben Kenntniss genommen hat.“ Das hohe Beispiel dürfte Denen zu empfehlen sein, welche verurtheilen ohne gelesen — geschweige mit der That geprüft zu haben.

Eben so interessant dürfte folgender Brief eines regelrecht promovirten preussischen Arztes sein.

**Zum Stiftungsfeste
der Vegetarianer in Nordhausen**
am 21. April 1868.

Herrn Ed. Baltzer.

Ein Holzhändler in Hamburg wusste sich einst nicht anders zu retten vor den zudringlichen Büchersendungen der Buchhändler, als dass er denselben gleichfalls Proben seiner Industrie, —

dicke eichene Bohlen — zur Ansicht beziehungsweise frankirten Rücksendung überbringen liess.

In ähnlicher Weise hatte ich es endlich durch wiederholte Grobheiten dahin gebracht, Jahre lang vor allen Bücher-Packeten Ruhe zu haben. Da auf einmal, (es war vor etwa 16 Monaten) ist so ein fliegender Buchhändler wieder so verwegen gewesen, in meinem Vorzimmer ein Büchelchen niederzulegen. Der Laufbursche ist schon wieder fort, auf der untersten Treppe meines Gartens; ich kann ihn nicht mehr anfahren; das Büchelchen ist ohne Umschlag und sein Titel: die natürliche Lebensweise v. E. B. fällt mir in die Augen.

Was nun thun? —

Einerseits hatte ich jedem hiesigen Buchhändler versichert, ich würde nie ein Buch behalten, das mir ohne Auftrag zugesendet werden würde: andererseits hatte Ihr Name bei mir einen guten Klang, und das Buch hatte einen Titel ganz nach meinem Sinn, und litt auch nicht an Dickleibigkeit. Die Waage schwankte nicht lange. Ich behielt das Buch und las es.

Es bedurfte bei mir nur des geringsten Anstosses, um mich zu den Vegetarianern herüberzuziehen.

Hatte ich doch so lange ich Arzt bin, seit 20 Jahren (seit 1848) (immer die Bücher verachtend, und immer die Natur beobachtend) stets allen meinen Kranken nicht bloß eine strenge homöopathische Lebensweise anempfohlen, sondern auch das Fleisch allen akuten Kranken selbst in der vorgeschrittensten Wiedergenesung und auch vielen chronischen Kranken widerrathen. Und hatte ich doch selber bereits vor etwa 9 Jahren (2 Mittage ausgenommen) ein volles halbes Jahr hindurch gar kein Fleisch und nichts von Fleisch genossen (beiläufig in Nordamerika nahe am Erie See), und den besten Erfolg davon auf meine Gesundheit wahrgenommen.

Es bedurfte daher bei mir nur des leisesten Anstosses, um die Lawine in Bewegung zu setzen, des geringsten Lichtstrahls, um die letzten noch dunklen Winkel zu erhellen. Und diesen Anstoss verdanke ich Ihnen! —

Bei dem Herannahen des 21. April (der merkwürdiger Weise auch mein Geburtstag ist) kann ich nicht umhin, mich Ihnen und Ihrem Vereine als Einen der Ihrigen vorzustellen und meine herzlichsten Glückwünsche darzubringen. Es kann nicht fehlen, dass die Mitglieder Ihres Vereins vielfach die allergünstigsten Wirkungen auf ihr leibliches und geistiges Wohlbefinden erfahren werden, bald früher, bald später, und in der mannigfaltigsten Weise.

Ich selber bin seit vielen Jahren schwächlich und oft kränklich. Seitdem ich aber wiederum ein volles Jahr ganz ohne Fleisch lebe, fühle ich mich endlich nach einem halben Jahre leicht im Körper und im Gemüth, habe Lust und Ausdauer im Arbeiten, erkälte mich nicht mehr, wie sonst, kurz ich fühle mich bis zu einem gewissen Grade neugeboren.

Meine Patienten wundern sich oft, wie ich jetzt so wohl aussche gegen früher! —

Meine Frau und mein einziger Knabe im Alter von 10 Jahren haben auch lange Jahre annähernd naturgemäss gelebt, Tage und Wochen lang kein Fleisch gegessen. Seitdem dieselben aber nun ein halbes Jahr hindurch alles Fleisch und auch die Brühe davon an ihren Gemüsen streng gemieden haben, sind bei Beiden doch auch noch bedeutende Fortschritte in deren Gesundheitszustande bemerkbar geworden.

Es ist eine traurige Wahrheit, dass ein Verkehrtleben Jahrzehnte hindurch (— und dabei noch das der Eltern und Grosseltern! —) nie ganz wieder gut gemacht werden kann durch ein Recht-

leben von ein oder ein paar Jahren. Aber eben so wahr und dabei erfreulich ist es zu wissen, dass eine strenge naturgemässe Lebensweise uns die enormsten Vortheile in sichere Aussicht stellt, selbstverständlich in einem weit höheren Grade, als irgend eine Kurmethode.

Darum erlaube ich mir an jedes Mitglied Ihres Vereins die Mahnung, mit der vollsten Zuversicht auszuharren auf dem allein richtigen Wege, und nie zu vergessen, dass dies nicht allein zu seinem eigenen Heile dient, sondern dass ein jeder Einzelne durch sein blosses gutes Beispiel unendlich viel Gutes für seine Mitmenschen stiften und viele Krankheiten und Leiden von ihnen fern halten kann.

Durch mein blosses Beispiel glaube ich bei meinem Kranken vorläufig ebensoviel zu wirken, als durch meine Auseinandersetzungen und durch gelegentliches Anbringen von vegetarischen Schriften.

Binnen Jahresfrist aber, hoffe ich, ist mein Büchelchen unter dem Titel: „Die Natur als Führer für Kranke und Gesunde“ fertig und soll mir getreulich helfen. Es mögen mir hier zur Zeit 6—12 Familien folgen oder mir zu folgen sich anschicken, Einzelne aber während der Behandlung bei mir immer sehr viel mehr. Ich muss sie Alle einstweilen noch sich selbst überlassen und zuschauen, dass ich später Alle, die sich bewähren, zu einem Vereine zusammenfasse.

Ein Verein ist immer ein unschätzbares Mittel zum Austausch und zur Klärung von Ideen und zur gegenseitigen Ermunterung.

E. Weilhäuser in Oppeln wünscht daher auch eine Versammlung aller Vegetarianer Deutschlands veranstaltet, und ist ihm bei seinem Eifer für die Sache wohl jeder Ort und jede Zeit genehm.

Th. Hahn schreibt mir am 3. April hierüber, dass er gern mit Gesinnungsgenossen einmal zusammenkäme und Nordhausen dazu vorschläge, aber zu keiner anderen Zeit als im Spätherbst dazu zu kommen im Stande sei.

Ich für meine Person schlage gleichfalls Nordhausen vor als den in jeder Beziehung günstigsten und auch würdigsten Ort, möchte aber dringend darum bitten, nicht später als Ende September oder Anfang October dazu zu bestimmen. —

Im October vorigen Jahres war ich zwei Tage bei Th. Hahn auf der Waid. Führt mich der Weg auf meinen sommerlichen Streiftouren nur irgend in die Nähe von Thüringen, so bin ich jedenfalls so frei, bei Ihnen vorzukommen. Um ein Gleiches bitte ich bei Ihnen.

Mit herzlichem Grusse

Barmen, 16. April 1868.

Dr. med. **Rich. Nagel.**

Es wird besonders erfreulich sein, unter unsern Mitgliedern auch mehrere rite promovirte Preussische Aerzte zu bemerken. Ausser dem eben Genannten finden wir Hr. Dr. med. Boruttau, seit Kurzem in Leipzig; dessen Briefe sprechen sich besonders begeistert über die sociale Bedeutung der Sache aus. Ferner Dr. med. Wilhelm Reil, (früher Dozent und pract. Arzt in Halle) lebt bereits seit einer längern Reihe von Jahren in Cairo in Egypten. Es mag hier ferner Platz finden, was er über die Sache urtheilt, und was er über das dorüige Leben in den einschlagenden Beziehungen überhaupt bemerkt. Er ermächtigt uns „bezüglich des Vegetarianer-Vereins seinen Namen als den eines Arztes anzuführen, der durch seinen zehnjährigen Aufenthalt in Egypten in der Lebensweise der Fellah's und sonstigen Bewohner (mit Ausnahme der Europäer) einen

abermaligen Beweis dafür gefunden hat, dass die Vegetabilien, Milch etc. die wahre naturgemässe Nahrung der Menschen sind. Die Eingeborenen nähren sich fast ausschliesslich von Vegetabilien; Fleisch essen sie nur selten. Auch die Türken sind mässig. Wenn die Europäer auch so klug wären, würden sie sich weit besser befinden. Während der Cholera haben verhältnissmässig in der Europäischen Colonie die Engländer am meisten gelitten, weil sie Carnivoren und Säufer waren.“ Der Referent muss hierüber wohl ein Urtheil haben, da er bei der letzten Choleraepidemie Cairo's, die von den 300,000 Einw. an 80,000 weggerafft haben soll, so thätig gewesen ist, dass ihm der Sultan dafür den Medschidie-Orden verlieh!

Reil hält im dortigen „Deutschen Verein“ Vorlesungen über Vegetarianismus und zwar in unserm Sinne, denn er bemerkte zu meiner Schrift „natürliche Lebensweise“: „ich unterschreibe jeden Satz“. Bezüglich seiner dortigen Vorlesung aber sagt er: „Ob man mich anfangs auslacht, daraus mache ich mir nichts! Das Heinische Verschen bringt dann die Lacher doch auf meine Seite*) und hier und da bleibt doch ein Korn sitzen, was später aufgeht; auf einmal kann man die Welt nicht reformiren.“

„Um einen arabischen Küchensettel zu geben — fährt Reil bei dieser Gelegenheit fort, so lebt der gemeine Mann hier von Folgendem:

Salat in den verschiedensten Formen, meist roh; alle Rübenarten, als Moorrüben, Radieschen, Rettige, weisse Rüben, auch meist roh mit dem grünen Stengel vorn weg in den Mund gesteckt; Artischocken und deren Stengel, Kichererbsen, mehrere Arten Bohnen, theils roh, theils in Salzwasser gelegt, auch geröstet. Mais in allen Formen, Reis

*) ? „Göttlich war's wenn ich bezwang meine sündige Begier,
„Aber wenn mir's nicht gelang, hatt' ich auch ein gross Plaisir!“

in Unmasse; Mehlspeisen in den verschiedensten Formen; das Brod ist auch ein Kleienbrod: Fladen aus dem Mehl von *Holcus Sorghum* (Moorhirse, Durra) mit der Kleie gemacht; geröstet esse ich's sehr gern. Gurken, Melonen und Kürbisse in Unmasse roh. *Arum Colocasia* (Aronstab) gekocht oder als sauren Salat. Tomaten oder Liebesäpfel (*Solanum Lycopersicum*); Badignan in zwei Formen (*Sol. melongena*); die Früchte von *Hibiscus esculentus*, eine Malvacee, die sehr schleimig ist; Spinat; *Melochia* (*Corchorus olitorius*) Malvenblätter (*malva rotundifolia*) wie Spinat gekocht. Die Kartoffel fängt allmähig an den städtischen eingeborenen Bewohnern zu schmecken; ebenso Macaroni. Von Süßigkeiten in allen Formen, Honig, Nüssen, Pistazien, Maronen, getrockneten Früchten, und frischen Früchten, besonders von Datteln wird ungeheuer viel consumirt. Alles um Cairo und im Delta gezogene Zuckerrohr wird roh verspeist, nur das oberegyptische dient zur Zuckerbereitung. Von animalischen Stoffen stehen Milch in allen Formen, Käse und zwar frischer Matz, Butter obenan; dann Eier. Olivenöl und Oliven werden auch sehr viel verzehrt und an Speisen verbraucht. Fleisch nur an Festtagen; mehr noch Fische, besonders gesalzen. Und dabei können die Leute unendliche Strapazen aushalten; schon kleine Knaben werden zu allen öffentlichen Bauten gebraucht. Dass die Leute nicht alt werden, liegt am Missbrauch anderer Sachen und an Unreinlichkeit.“

Wenn hierbei manche uneingeweihte Leser den abgenutzten Einwand wiederholen, dass das Alles im südlichen Klima ginge, aber im Norden müsste man „tüchtig Fleisch essen“ so bitten wir sie, doch die Thatfachen nachzulesen, die das Gegentheil beweisen, dann werden sie sich mit diesen Einwänden nicht ferner lächerlich machen.

Vergleiche z. B. Hahn, Naturgemässe Diät. S. 252 u. A. oder Baltzer, natürliche Lebensweise S. 74 u. A.

4. Die Brodfrage.

Der Verein beschäftigte sich besonders viel mit der Frage der besten Brodbeschaffung. Die zeitweisen Ergebnisse wurden durch die „Nordhäuser Zeitung“ mehrfach veröffentlicht. Zu dem, was in meiner Schrift über natürliche Lebensweise Kap. 29. über das Brod gesagt ist, haben sich uns zur Zeit folgende Bestätigungen beziehungsweise Ergänzungen ergeben.

1. Das eigentliche Graham-Brod, d. h. Weizenkleienbrod mit Wasser, ohne sonstige Zusätze, (Natron, Salz, Sauerteig, Hefe etc.) ist, wenn es richtig bereitet wird, das Beste. Es ist am reinsten von Geschmack, hält sich am besten saftig. Anfänger mögen es aber nicht, weil seine Dichtigkeit (ohne allen Grund) ihnen schädlich scheint.

2. Setzt man dem Weizenkleienteig ein Wenig von Hefe zu, (z. B. auf 10 Pfund $\frac{1}{2}$ Loth) so bekommt man ein nie ganz missrathendes Brod, das lockerer als No. 1 ist, voluminöser, und daher von den Hrn. Bäckern gern zum Verkauf gebacken wird, weil es scheinbar billiger ist als 1. Wird die beginnende Gährung durch das Backen frühzeitig genug unterbrochen, so bleibt das Brod süß und aromatisch. Man darf aber nicht gebeuteltes Mehl und Kleie mischen — wie an manchen Orten geschieht — sondern man muss das Korn mahlen, wie die Natur es giebt und das Schrot möglichst frisch benutzen, auch nicht zu fein mahlen. Es wird nämlich bei jenem Mischen das richtige Verhältniss des Mehls und Klebers und der Hülsen wahrscheinlich nicht getroffen, oder gar das Kernmehl für andere Zwecke entfernt!

3. Aus Roggen ein gleichvortreffliches Brod herzustellen, ist uns zur Zeit nicht genügend gelungen. Nach gleicher Methode behandelt ward das Brod hier — und viele briefliche Mittheilungen bestätigen dasselbe von anderwärts — zwar sehr wohlschmeckend, aber zu wässrig, schwer (schliffig) und nicht haltbar. Durch Natron, Sauerteig etc. liesse sich das natürlich verhüten, aber man bekäme dann ein Brod mit den Fehlern, die wir eben vermieden wissen wollen. Am besten gerathen ist es bis jetzt unter Zusatz von circa $\frac{1}{3}$ Gerstenmehl. Die Frage ist noch zu lösen.

4. Die von Liebig neu empfohlene Brodbereitung stimmte uns darin bei, dass die Kleie mitzubacken ist, empfiehlt sich aber hinsichtlich der Zusätze in keiner Weise. Erstens nämlich ist nöthig, aber in der Praxis höchst schwierig, dass das Verhältniss der zuzusetzenden Mittel (Doppelkohlen-saures Natron und Salzsäure und Salz) genau getroffen wird, sonst wird das Brod sehr schlecht schmeckend, beziehungsweise sehr schädlich. Selbst aber wenn das Verhältniss getroffen wird und Alles gelingt, so erhält man, schon indem aus dem doppelkohlen-sauren Natron und der Salzsäure sich Salze bilden, ein gesalzenes Brod, was im Vergleich zum Süßbrod ein grosser diätetischer Fehler ist.

5. Von allen Seiten wird angewendet, dass die Hülse (Cellulose) in der Kleie werthlos und unverdaulich, also schädlich sei, daher man zumal Leuten von schlechter Verdauung ja kein solch Brod geben dürfe. Gerade das Umgekehrte ist das Richtige. Zwar hat die Hülse keinen Nährstoff und wird auch nicht verdaut, allein sie ist als begleitendes Element das Mittel, aus den Drüsen den Speichel zu entwickeln, dessen reichlicher Zufluss die Bedingung der guten Verdauung ist.

Eigene Erfahrungen und die brieflichen Zeugnisse vieler Freunde bekunden, dass die schlechte Verdauung gerade durch dieses Brod aus obigem Grunde gebessert und normal gestaltet wird. Dass mit dem Ausscheiden der Kleie ausserdem an Kleber und Mehl wesentlich verloren geht, das richtige Verhältniss der Weizen-elemente gestört wird, ist der weitere Nachtheil.

6. Vor Jahr und Tag fand sich kaum ein Müller oder Bäcker, der das Weizenkleienbrod bereitete. Es sind uns Orte bekannt, wo noch heute dieselbe Abneigung sich findet. Zum Beispiel sah von unsern Mitgliedern Eines, in einer ansehnlichen Fabrikstadt wohnend, sich aus diesem Grunde genöthigt, sich selbst zu helfen. Er kaufte sich nämlich für 2 Thlr. eine kleine Mühle, baute sich einen kleinen Backofen, und bereitete sich nun das Brod selbst. Da ihm das Brod von einem zehnjährigen Magenkatarrh befreit hatte, erklärt sich diese Energie um so mehr. Das Brod war schön, die Proben haben unserm Verein vorgelegen. Später hat derselbe sogar einen kleinen Dampfapparat eingerichtet, um das Brod in Dampf zu backen. Das Ergebniss — es hat uns ebenfalls zu gemeinsamer Prüfung vorgelegen — war wohlschmeckend, obwohl nicht so aromatisch, als das im Ofen gebackene Brod. Uebrigens hat der Mann, ein Familienvater, der das Geld nicht zum Wegwerfen hat, in kurzer Zeit nicht nur Gesundheit wieder erlangt, sondern ein paar Hundert Thaler dazu erspart, die er verwendet, um seine Lage durch andere vernünftige Dinge zu verbessern und angenehm zu machen. Nach Jahr und Tag haben wir übrigens die Genugthuung, das Weizenkleienbrod in vielen Städten eingeführt zu sehen. Proben davon sind vom Verein nach sehr vielen Orten versendet worden und bei uns in Nordhausen wird es jetzt von vier Bäckern regelmässig geführt, und verschiedene Aerzte sind uns bekannt,

die dieses Brod überhaupt und besonders denen empfehlen, die an Verdauungsbeschwerden leiden. —

5. Die Impfung.

Obgleich der Verein für natürliche Lebensweise kein ärztlicher Verein ist, ja obgleich sogar der gesundheitliche Gesichtspunkt ihm nicht der einzige oder höchste ist, so kann er sich doch andererseits der alten bekannten Pflicht nicht entziehen, nämlich dass jeder selber „prüfe, was seinem Leibe gesund ist.“ Oder wäre der Mensch schlechter von der Natur gestellt als das Thier, das in seinem Instinkt einen Führer zum Rechten besitzt? Oder muss nicht bei den widerstreitenden Ansichten und Richtungen in der ärztlichen Wissenschaft der Laie, wenn er eines Arztes bedarf, die Vorfrage, was für einen er zu Rathe ziehen will, selbst beantworten? Oder haben nicht in der Geschichte der medizinischen Wissenschaft die Ansichten gewechselt wie die Mode, dass es nicht erlaubt, ja geboten wäre, sie mit Vorsicht zu Rathe zu ziehen und dagegen der Mutter Natur in erhöhtem Maasse zu vertrauen? Wenn also ärztlicherseits unsere ganze Diätfrage uns als „Anmassung“ ausgelegt worden, so trifft uns dieser Vorwurf nicht, denn wir können den Aerzten so wenig ein Priesterthum für den Leib zugestehen, als den Geistlichen für die Seele. Als diätetische Protestanten werden wir vielmehr den Rathschlägen solcher Aerzte am liebsten folgen, deren Wissenschaft und Vorbild uns am meisten Einsicht und Vertrauen einflösst, und wir haben ja auch unter Engländern, Franzosen, Amerikanern und Deutschen Aerzte genug, die mit den Prinzipien unserer Lebensweise vollständig einverstanden sind, oder doch für einzelne Grundsätze derselben eintreten.

Wenn es nun dem Laien von Natur bedenklich erscheinen muss, z. B. seinem Blut einen Giftstoff einzuführen, der übrigens grosse Verheerungen anrichtet, so wird es seine Pflicht sein, die Augen selbst aufzuthun und zu beobachten und, wo immer er kann, zu lernen, was zum Heil oder Unheil ist.

Wenn er nun natürlich auch die Aerzte darüber hört, bei ihnen aber entgegengesetzte Ansichten findet, was bleibt ihm anders übrig als selbst zu prüfen, so gut er kann, die Erfahrung zu befragen, und so vielleicht aus irrigen Meinungen hinaus zu gelangen?

Wer nun z. B. die Schriften des Dr. med. Nittinger in Stuttgart und die verwandte Litteratur und die einschlagende Statistik redlich studirt, wird sich bei Unbefangenheit der Ueberzeugung der Ansicht nicht verschliessen, dass das englische Parlament Recht hatte, den Impfwang aufzuheben. Es mag dann, wer will, seine Haut selbst zu Markte tragen.

Erwägungen dieser Art waren es, welche ein Mitglied unseres Vereins veranlasste, innerhalb und ausserhalb des Vereins die Impfungsfrage ausführlich zu erörtern und zahlreiche Unterschriften für die nachstehende Petition zu sammeln.

An

Ein hohes Haus der Abgeordneten in Berlin.

Petition

betreffend die Aufhebung des Impfwanges.

Ein hohes Haus der Abgeordneten ersuchen die ergebenst Unterzeichneten um **Aufhebung des directen Impfwanges beim Militair und indirecten Impfwanges bei Kindern;**

letzterer wird geübt

- a. durch Aufforderung der betreffenden Eltern durch die Magistrate,
- b. durch Zurückweisung ungeimpfter Kinder aus öffentlichen Schulen und
- c. durch Bestrafung der Eltern, wenn ungeimpfte Kinder an Pocken erkranken.

Und zwar in Erwägung:

1) dass seit Einführung der Vaccination die Blattern nicht ab-, sondern neuer-

dings wieder bedeutend zugenommen haben, wie aus statistischen Nachrichten aus Württemberg, England und Preussen (in Preussen durch Dr. Engel) hervorgeht;

2) dass die Pockenkrankheit nicht gemildert, sondern noch eben so heftig wie vor der Vaccination auftritt, indem durchschnittlich 7—8 von 100 Pockenkranken sterben, gleichviel ob geimpft oder nicht; ein Verhältniss, was schon vor Einführung der Zwangsimpfung bekannt war;

3) dass die Impfung Syphilis und andere gefährliche Krankheiten überträgt. Dies ist durch grosse ärztliche Autoritäten, z. B. neuerdings durch Ricord (Director des grossen Krankenhauses für syphilitische Krankheiten in Paris) eingestanden und nachgewiesen worden;

4) dass die Impfung Scropheln, Tuberculose, und viele andere Krankheiten weckt und erzeugt, was aus der grossen Menge der nach erfolgter Vaccination an diesen Krankheiten Leidenden hervorgeht. Tausende von Eltern klagen darüber, dass ihre Kinder seit der Impfung elend und siech seien;

5) dass es ein Eingriff in die persönliche Freiheit und in die Elternrechte ist, Jemand zu zwingen, sich oder seine Kinder mit einem giftigen, nicht gekannten und nicht untersuchten Krankheitsstoffe vergiften zu lassen; in's Besondere weil

6) die Aerzte selbst über den zu gewährenden Schutz resp. die Schädlichkeit oder Unschädlichkeit der Vaccination in heftigem Streit sind, weshalb auch

7) im englischen Parlamente am 25. Juli 1866 einstimmig der Impfwang aufgehoben worden und ferner

8) dass der Kaiser der Franzosen die Revaccination der Soldaten verboten hat. Beifolgende Denkschrift von Dr. med. Nittinger giebt Näheres an.

In grösster Ergebenheit.

(Folgen die Unterschriften.)

Es ist dabei zu bemerken, dass in Preussen directer Impfwang allerdings nur für das Militair besteht; allein wenn ein ungeimpftes Kind an Pocken etwa stirbt, so wird der Vater wegen versäumten Impfens bestraft, und also indirecter Impfwang geübt, begleitet von einer Practik, die dem Zwange nahe kommt. Im Wiener Reichstage ist, wie ein dortiges Mitglied unseres Vereins uns mittheilt, die Sache eben-

falls in Anregung gebracht, und wird der Tag wohl nicht fern sein, wo wir dem Vorgange des englischen Parlaments weiter folgen werden.

7. Die Hülsenfrüchte.

Wir haben schon in unserer „natürlichen Diät“ hervorgehoben, dass die Hülsenfrüchte für uns ein eben so wichtiges als bisher vernachlässigtes Nahrungsmittel sind (Kap. 9, Heft I). Der Grund liegt ihren grossen Nährwerthen, die selbst den des Weizens weit übersteigen (siehe ebenda Kap. 32) und vollkommen gesund sind. Die Landwirthschaft müsste daher die Kultur derselben besonders pflegen und die Consumenten sie durch reichlichen Verbrauch unterstützen, um so mehr, da sie gegenwärtig das billigste Nahrungsmittel sind.

Der Verein hat sich auch mit dieser Angelegenheit beschäftigt, und schon im Nachtrag zu meiner natürlichen Lebensweise, Heft II S. 181, gedachte ich der bezüglichen Bestrebungen des Chemikers Herrn Gerber in Tennstedt, den Hülsenfrüchten höhern Eingang in den menschlichen Consum dadurch zu verschaffen, dass man sie in Mehlform herstellt.

Es wird von Interesse sein zu hören, dass Herr Gerber nunmehr in Klein-Ballhausen bei Tennstedt die Fabrik zur Herstellung des Mehles aus Erbsen, Linsen und Bohnen sowie aus Kartoffeln vollendet und seine Arbeit begonnen hat. Er übersandte uns eine Probe Erbsenmehl. Es bedurfte nur des kochenden Wassers, um in weniger Minuten eine gute Suppe herzustellen: ein Beweis, wie wichtig das im Felde ist, und für die Armuth, die im Sommer dabei viel Feuermaterial erspart. Der Geschmack war ein etwas anderer als bei den wie gewöhnlich gekochten Erbsen, und die Urtheile über diesen waren verschieden. Auf eine Rückfrage hierüber schreibt Herr

Gerber über die ganze Angelegenheit Folgendes:

... „Wenn die Mehle einen veränderten Geschmack haben, so liegt das in der Abwesenheit oder doch Verdünnung der indifferenten Stoffe, namentlich des sogen. „grünen Oels“, das bei dem gewöhnlichen Kochprozesse der rohen Frucht nur wenig daraus entfernt wird und dessen unangenehme Eigenschaften den meisten Menschen den Genuss der Hülsenfrüchte verleidet. Sie können sich kaum vorstellen, wie massenhaft sich diese abschreckend riechenden Stoffe bei der Fabrikation der Mehle entwickeln und namentlich bei den Linsen bis zur Unerträglichkeit steigen. Ich sehe die Entfernung dieser Stoffe, denen ich die blähenden Eigenschaften beimesse, als einen Vortheil an. Sollte ich jedoch hierin etwas zu weit gegangen sein, so ist es leicht, die Operation zu unterbrechen, noch ehe die letzten Antheile des Oels entweichen und so ein gewisses Quantum zurückzuhalten, das dann den Fruchtgeschmack mehr hervortreten lässt. Die Fabrik- und Hofarbeiter auf dem Rittergute Ballhausen, denen versuchsweise Erbsenmehl zur Speise zugetheilt wurde, sind davon so eingenommen, dass sie wiederholt petitionirt haben, ihnen statt der Frucht dieses Mehl zu liefern; auch Kinder, die sonst nicht an die Hülsenfrucht zu bringen waren, geniessen die Mehlspeise mit fröhlichem Behagen.

Das bis jetzt fabricirte Mehl ist allerdings ziemlich frei von Cellulose; es enthält nur die stärkemehlartige Faser. Sollte die volle Cellulose mit gewünscht werden, so ist das leicht zu bewerkstelligen.

An indifferenten Stoffen, worunter ich auch die Cellulose rechne, gehen von den Hülsenfrüchten durchschnittlich 15% ab. Die Nährstoffe vermehren sich daher um diese Zahl im Mehl, so dass die stickstoffhaltigen

(Legumin) ungefähr 30 und die stickstofffreien stärkemehlartigen Stoffe ungefähr 60% darin betragen.

Wenn man die Lecanu'schen Beobachtungen, wonach die Rationen der französischen Soldaten normirt sind, und die 25,5 Grammen Stickstoff und 400 Gr. Kohlenstoff entsprechen, zu Grunde legt, so ist es leicht zu berechnen, welches das angemessene Quantum von Nahrung ist, das ein Mensch täglich bedarf. Diese Stoffe sind z. B. in 42 Loth = 700 Gr. Brod, 6 Loth = 100 Gr. Speck und Fett, 21.10 Loth = 352 Gr. Hülsenfrucht enthalten. Eine solche Ration würde ungefähr 4 *Sgr.* 9 *S.* kosten und um die Hälfte billiger sein als Fleischkost.“

Es wird Sache weiterer Prüfung sein, die Nützlichkeit dieser neuen Production festzustellen und ich empfehle sie hiermit. Wir bemerken hier nur, dass der Preis pro *℔* Erbsenmehl 2 *Sgr.*, pro *℔* 6 *Rfl.* ist. Es würde ferner zu wünschen sein, dass mindestens auch solche Sorten angefertigt würden, welche die Cellulose mit enthalten, also Schrotmehl, das um so viel % als Cellulose darin ist, sich billiger stellen würde und aus denselben Gründen gesünder sein würde, weshalb das Kleienbrod gesünder ist, als das Brod aus gebeuteltem Mehle.

S. Mitglieder

des Vereins für natürliche Lebensweise in Nordhausen.

Ehrenmitglied: Herr Gustav Struve, Schriftsteller, in Stuttgart, dessen Gattin und zwei Kinder.

In Nordhausen (nach der Zeit des Eintritts; „Kinder“ sind die unter 14 Jahre alten verstanden): Baltzer, Eduard; Louise, dessen Frau, Leonhardt (jetzt Polytechniker in Braunschweig) Sohn; Sara, Helene Töchter. Müller, Selmar, Redacteur. Belitski, Louis, Photograph; Pauline,

dessen Frau und 1 Kind. Welke, Nicolaus, Lehrer. Naveau, Thekla, Lehrerin. Schwabe, Julius, Concipient; Rosalie, dessen Frau und 5 Kinder. Gassmann, August, Schneidermeister. Gassmann, Robert, Schneidergesell. Vocke, Adolph, Kunst- und Handelsgärtner. Klöppel, Albert, Bierbrauer, (gab das Geschäft auf) jetzt Rentier. Peter, Moritz, Kunst- und Handelsgärtner. Rosenthal, S., Kaufmann. Bosse, Bernhard, Bäckermeister; Minna, dessen Frau und 2 Kinder. Rothamel, Buchhalter. v. Loeffen, Victor, Kaufmann. Nauhaus, C. L., Lehrer. Adler, Carl. Geist, Hermann, Fabrikant und Kaufmann; Mathilde, dessen Frau und 3 Kinder. Bertram, Marie, Fräulein. Seifert, Selma, desgl.; Seifert, Clara, desgl.

Auswärtige Mitglieder: Weixelgärtner, Vincenz, Professor in Symegk in Ungarn. Simon, Eduard, Schönfärber in Stolberg a. H.; Franz, dessen Sohn und noch zwei Kinder; Fräulein Auguste, dessen Schwester. Hahn, Theodor, Arzt in Waid bei St. Gallen; dessen Gattin; Theodor, Ludwig und Elise, dessen Kinder nebst noch 4 kleinen Geschwistern. Bertram, Fräulein Julie, Lehrerin in Sondershausen. Naveau, Fräulein Marianne, Lehrerin ebenda. Naveau, Postsekretair in Erfurt; Friederike, dessen Frau nebst 3 Kindern. Hansen, Lehrer in Ukerath bei Siegen. Thormann, Louis, Tanzlehrer in Stassfurth. Hoest, Christian, Buchhändler in Prag. Weilshäuser, Emil, Privatmann in Oppeln. Poppe, Theodor, Kaufmann in Artern. Reil, Fräulein Helene, in Koesen bei Naumburg a. S. Murmann, Wilhelm, Privatier in Pressburg, Voigt, Gustav, in Wolfenbüttel. Graf Adolf von Zedtwitz, k. k. Kämmerer in Wien. Weinrich, Carl, Orgelbauer in Heiligenstadt. Boruttau, Dr. med. in Leipzig. Kleemann, Heinrich, Webermeister in Woffleben bei Nordhausen. Graeve, Arn., Factor in M.-Gladbach;

Elisabeth, dessen Frau nebst 3 Kindern. Claesen, Wilhelm, ebenda. Fuhrmann, Hermann, Spinmeister in Reutlingen. Landbeck, Friedrich, jun., Maler, in Bietigheim, Württemberg. Reil, Wilhelm, Dr. med. (früher in Halle, jetzt) in Cairo, Egypten. Belitski, Robert, Schlosser und Maschinist in Grünberg, Schlesien; Charlotte, dessen Frau, Robert und Charlotte deren Kinder, nebst noch drei kleinen Geschwistern. Nagel, Richardt, Dr. med. in Barmen. Hartung, Emil, Eisenhändler in Mühlhausen, Thüringen. Meltzer, H. A. in Leipzig, Sternwartstr. No. 15., nebst 1 Sohn. Engert, Steueramts-Diener, ebenda; Frau Engert und 1 Kind. Daute, Buchbinder ebenda; Frau Daute und 2 Kinder. Isler, Emil, studirt Musik, ebenda (jetzt in Wadenswyl bei Zürich).

Von diesen 106 Mitgliedern besteht die grössere Hälfte in auswärtigen Mitgliedern. Es giebt auch Solche, welche sich noch nicht zum Verein erklärten, weil sie erst einige Zeit den neuen Weg gegangen sein wollen, ehe sie diesen Schritt thun. Der Verein, so scheint es, weist darauf hin, dass er im ersten Jahre seines Bestehens ein deutscher Verein geworden ist, wenn auch erst ein kleiner Anfang zu einem solchen; er zeigt sogar an, wie seine weitere Organisation sich gestalten wird, nämlich so, dass kleine lokale Zweigvereine sich bilden, wozu in Barmen, in Leipzig und anderwärts die Ansätze bereits vorhanden sind.

In dem oben mitgetheilten Briefe des Herrn Dr. Nagel ist der Vorschlag gemacht, eine Zusammenkunft — etwa in Nordhausen — zu veranstalten, zum Zweck der Förderung dieser Organisation und unserer Sache überhaupt. Es wird uns sehr freuen, wenn die auswärtigen Mitglieder nach hier kommen wollen. Aber bei der zum Theil sehr grossen Entfernung

fürchten wir, ist es noch nicht an der Zeit, einen Vereinstag auszuschreiben. Dagegen liesse sich die Organisation zu einem deutschen Verein brieflich machen, wenn diejenigen Mitglieder, welche dafür ein lebhaftes Interesse haben, uns ihre Vorschläge schriftlich machen wollten. Der hiesige Lokal-

verein würde versuchen, daraus einen definitiven Vorschlag zu gestalten, der in der nächsten Nr. dieser Blätter mitzuthemen sein würde, und wenigstens als Provisorium bis zu einem etwaigen spätem Vereinstage in Kraft treten könnte. Wir bitten darum.

Ed. Baltzer.

Anzeigen.

Im Verlag von **Ferd. Förstemann** in Nordhausen erschien und ist durch jede Buchhandlung zu beziehen:

Die natürliche Lebensweise, der Weg zu Gesundheit und socialem Heil.

Von **Eduard Baltzer**. Mit 2 Tafeln Abbildungen. 1867. 144 Seiten. 12 Sgr.

Desselben Buches zweiter Theil a. u. d. T.:

Die Reform der Volkswirtschaft vom Standpunkte der natürlichen Lebensweise.

Von **Eduard Baltzer**. 1867. 184 Seiten. 16 Sgr.

Pythagoras, der Weise von Samos.

Ein Lebensbild nach den neuesten Forschungen bearbeitet von **Eduard Baltzer**. Mit einer Uebersichtskarte. 1868. 180 Seiten. 25 Sgr.

Dies letztere Buch wird den Freunden der natürlichen Lebensweise besonders deshalb empfohlen, weil Pythagoras auch hierin ein schönes Vorbild war und das Buch auch sonstige Stimmen der Alten über diese Frage enthält.

An die Vereinsmitglieder und Freunde der natürlichen Lebensweise.

Der Unterzeichnete ist bereit, dieses Blatt (etwa in sechswöchentlichen Zeitabschnitten) fortzusetzen, wenn eine hinreichende Zahl Abonnenten sich findet. Das Blatt wird sich dann von dem „Naturarzt“ des Herrn Th. Hahn dadurch unterscheiden, dass es kein specifisch ärztliches Blatt ist, wie dieses, sondern sich mit allen anderen Seiten der in Rede stehenden Frage beschäftigen wird. Es wird in der Ausstattung der gegenwärtigen No. 1 erscheinen, damit es, gesammelt, ein nützliches gut lesbares Archiv für unsere Sache bilde, und als fliegendes Blatt das Mittel werde, Anderen, welche die Sache noch gar nicht kennen, ein Wegweiser in die Literatur und ein Rathgeber für ihre besonderen Fragen zu sein. Man abonniert im Wege des Buchhandels für jede Nummer resp. Bogen mit **3 Sgr.**; bei directem Bezuge vom Herausgeber mit **2 Sgr.**, 20 Exemplare mit **1 Thlr.**, franco gegen franco — soweit der Vorrath reicht.

Eduard Baltzer.

Selbstverlag des Herausgebers **Eduard Baltzer** in Nordhausen.
In Commission bei **Ferd. Förstemann** daselbst.

Vereins-Blatt

für Freunde

der natürlichen Lebensweise (Vegetarianer).

N^o 2.

Nordhausen, den 1. August

1868.

Motto: Initium est salutis notitia peccati.
Senec ep. 14.

Das heisst: Die Erkenntniss des Fehl's ist
der Beginn des Heils.

Die Wege zur natür- lichen Lebensweise.

1. Einleitung.

Als ich noch Student war, sah ich mir oft im Leipziger Theater in den Zwischenacten den Vorhang an, welcher Oesers sinniges Bild eines Ruhmestempels zeigte, nach welchem hin die Dichter aller Zeiten strebten. Die Gestalten naheten sich gruppenweise auf verschiedenen Wegen, Shakespeare an der einen Seite auch ganz allein. Um den Preis schienen sie alle erst zu ringen.

Aehnlich ist es mit der natürlichen Lebensweise. Es giebt viele Wege nach diesem schönen Ziele. Aus dem Dunkel menschlicher Irrsalle, die uns allen gemeinsam waren und sind, streben wir zu der lichten Höhe, wo sich uns der Kranz des Lebens von selbst flicht. Die Glücklichen schreiten voran, einer vom andern lernend. Prüfen wir die verschiedenen Wege, damit wir selbst nicht irre gehen und sie Andern zeigen können. Kein Fluch

über Vergangenes oder Gegenwärtiges entweihe die heiligen Hallen: es ziemt uns mehr, dass wir als Erlöste und Erlösende dankbare und friedliche Hände nach allen Seiten reichen, wo man solche nicht verschmäheth. Wo man freilich solche Herzen und Hände durchaus nicht versteht, da schütteln wir besser einstweilen den Staub von den Füßen und „gehen in ein ander Haus.“

Unter den Wegen zum Ziele verstehen wir nicht sowohl die zufälligen Gestaltungen unserer „Schicksale“, sondern vielmehr die verschiedenen Beweggründe, welche uns innerlich bestimmen können, der natürlichen Lebensweise zu folgen. Jene sind unberechenbar, diese aber unter allen Umständen nicht nur von entscheidender Wichtigkeit, sondern sie unterliegen auch der Möglichkeit klarer Erkenntniss. Untersuchen wir sie also, um schliesslich auch ihr Verhältniss unter einander, dessen wir schon in unserer ersten Nummer gedachten, klar zu legen.

Bevor wir aber diese verschiedenen Beweggründe oder Wege prüfen, müs-

sen wir uns das Ziel bezeichnen, wohin sie führen, wohin wir wollen. Denn wenn wir dies Ziel, den Tempel, auch erst ganz verstehen werden, wenn wir ihm erreicht, ja wenn wir lange und mit Liebe uns in ihm eingewohnt haben, so werden wir ihm doch von vornherein in sicheren Umrissen deutlich erkennen müssen, wenn wir uns bewusst nach ihm aufmachen wollen.

Wir haben zur Bezeichnung dieses Zieles von den Neueren ein Wort überkommen, das allerdings ein Kernstück der Sache bezeichnet, wenn auch ungenau: „Vegetarianismus“ — „Vegetarianer“. Das Pflanzenreich ist allerdings, und zwar ausschliesslich, das Gebiet, von welchem wir unsere Nahrungsmittel zu entnehmen haben. Auch liesse sich der Ausdruck insofern verteidigen, als man ja „den Namen von Hauptsachen herzunehmen“ pflegt. Allein das Reich der Vegetabilien enthält ja auch so unendlich Vieles, was für uns Menschen kein Nahrungsmittel, ja was sogar völlig verderblich für uns ist! Es ist also sehr ungenau, wenn wir von den Vegetabilien uns Vegetarianer nennen wollen, und wir sind selbst Anlass, dass man uns nicht nur spöttisch die „Grasfresser“ getauft hat, sondern, was schlimmer ist, dass wir durch den dunklen Namen die Sache selbst verdunkeln, und zwar nicht nur denen, die von ihr gar nichts wissen, sondern auch uns selbst, die wir etwas davon zu verstehen glauben. Hierzu kommt, dass der Ausdruck Vegetarianer im Geruch religiösen Aberglaubens steht, ein Umstand, der ein sehr grosses Hinderniss

unserer Sache in der heutigen Welt ist. Mit dem alten Grundsatz, dass „der Missbrauch den rechten Gebrauch nicht aufheben dürfe“, könnten wir nun zwar versuchen, den Klang des Namens rein herzustellen, zumal wir dann unter den Gesinnungsgenossen mehrerer Nachbarländer leichter Anklang finden würden. Allein hierzu würden wir immer ein Mittel des Verstehens, also ein Wort bedürfen, das die Sache richtig bezeichnet. Es kommt endlich hinzu, und darauf legen wir das Hauptgewicht, dass der Ausdruck Vegetarianer — nicht etwa nur ein Fremdwort ist, dass wir besser vermeiden, — sondern die Sache selbst höchst einseitig bezeichnet, sofern sie dieselbe auf das Gebiet der Ernährung beschränkt. Freilich steht uns die Frage über die Ernährung jetzt im Vordergrund, weil sie gewissermassen den Grundstein des Lebens bildet und heutzutage so gründlich falsch beantwortet wird. Aber indem wir durch unsere Namengebung uns auf dies Gebiet zu beschränken scheinen, führen wir uns selbst in die Versuchung zu glauben, wenn wir etwa von Brod und Obst leben, so sei unsere Aufgabe erledigt: ein Irrthum, der sich sehr bald hart an uns selbst rächen würde.

Welches ist denn unsere Aufgabe? Bei den Alten finden wir sie mit den Ausdrücken Abstinencia, Apoche, bezeichnet, welche beide „Enthaltung“ bedeuten. Allein auch diese und ähnliche Worte sind nicht zutreffend. Die lateinische „Abstinenz“ hat die Kirche dahin ausgeprägt, das man dabei an

das Fasten denkt, ein Begriff, der sein relativ Gutes haben mag, allein unsere Sache in mehr als einer Hinsicht in schlechtes Licht stellen würde, vielleicht gar, als wollten wir den Herren Bischöfen in Vorschrift und Dispens bezüglich des zeitweisen Tischzettels Concurrenz machen. Die griechische Apoche wäre schon besser, weil sie den historischen Zusatz hat, welcher sie als Enthaltung vom Genuss lebender Wesen (*ἀποχή ἐμψύχων*) näher bestimmt. Das wäre denn allerdings ein richtig bezeichneter und wesentlicher Theil unserer Aufgabe. Allein es bleiben viele Mängel: das völlige Fremdwort, die schon gerügte Einseitigkeit, ja sogar eine gewisse Zweideutigkeit, weil der Ausdruck Empsycha sowohl das bedeuten kann, was wir lebende Wesen des Thierreichs nennen, aber auch die besondere Vorstellung mit erwecken kann, dass den Thieren eine besondere vom Körper unabhängig gedachte „Seele“ innewohne, von der man glaubte, dass sie der Menschenseele gleich sei, ja dass die Menschenseele in diesen oder jenen Thierkörper auf Zeit eingeschlossen werden könnte („Seelenwanderung“). Schon wegen dieser Schwierigkeit ist dieser Name zu meiden, um so mehr, da er ja blos eine Verneinung enthält. Wir wollen aber nicht blos wissen, was wir zu unterlassen, sondern noch viel mehr, was wir zu thun haben.

Unsere Zeit ist hinsichtlich ihres Wissens reif genug, die lebendige Wahrheit aus den Hüllen des Aberglaubens, der Einseitigkeiten u. s. w. herauszuschälen und in der Negative

wie in der Positive gleich stark, sie so hinzustellen und auszuprägen, wie sie es erfordert. Eben dann werden wir überall, historisch, wissenschaftlich, practisch, die besten Anknüpfungspunkte finden, und die Einsichtigen und Willensstarken werden uns alsbald beipflichten.

Und worin denn also? Ei nun, darin, dass wir als denkende Wesen unsere Gesamtlebensweise darauf ansehen, ob sie den Normen, den Gesetzen entspricht, die in der Natur aller Wesen, also auch in uns von Natur uns gegeben sind. Wie der Baum von Natur in sich ein Gesetz hat, dass er so und so und nicht anders artet, dass er mit den Blättern athmet, mit den Wurzeln saugt, in den Zellen arbeitet, so und so blüht und Frucht trägt, so hat jedes Wesen in seiner Art seine Nothwendigkeit des Seins, oder sein „Gesetz“ des Lebens, und so auch der Mensch.

Das Wachsthum der menschlichen Erkenntnisse — die Wissenschaft, und die Erfahrung auf der sie beruht — die That — zeigt uns, dass auch unser Leben, **und zwar unser Leben in allen Beziehungen**, in seiner ganzen Entwicklung, eine solche Grundnorm hat: ihre Erfüllung nennen wir die natürliche Lebensweise.

Die natürliche Lebensweise bezieht sich also nicht blos auf „Nahrungs- und Genussmittel“, sondern auf alle Bedingungen unseres leiblichen Wohles, ja sie bezieht sich ganz ebenso auf

unsere geistige Natur, denn wir wissen, der Mensch ist eine einheitliche Natur, und die „Diätetik der Seele“ ist gleichwichtig wie die des Körpers. Dabei springt sofort von selbst in die Augen, dass wir es hier nicht mit dem kranken Menschen als solchem zu thun haben: das ist Sache des Arztes; sondern mit dem gesunden, oder vielmehr mit dem normalen. Freilich wird die Erkenntniss dessen, was normal für uns Menschen ist, ganz von selbst ein Fingerzeig für uns kranke Menschen werden und noch mehr eine Vorbeugung gegen alle vermeidbaren Uebel: aber das soll es auch. Und ebenso springt von selbst in die Augen, dass wir es nicht bloß mit der Norm des individuellen, sondern mit der des gemeinsamen Lebens zu thun haben, also mit der sogenannten socialen Frage im tiefsten und umfassendsten Sinne des Wortes.

Von diesem Standpunkte, der für uns fest wie Felsen steht, werden wir die Sache zu behandeln bemüht sein. Möglich, dass manche unserer Freunde hierin nicht überall uns beipflichten. Sie werden aber, so hoffen wir, die Seite, die ihnen am Herzen liegt, auch bei uns wiederfinden, und an dieser mit uns gehen, bis wir vielleicht zu völligem Einverständnis in dem Wesentlichen gelangen.

Wir nennen uns Freunde der natürlichen Lebensweise. Also „nicht, dass wir es schon ergriffen hätten“ — d. h. wir halten uns weder in der Erkenntniss noch in der That für voll-

kommen, sondern „wir streben nur nach dem Ziel, dass wir es ergreifen möchten!“ Helfen wir dazu Einer dem Andern vor Allem durch unser Beispiel, dann aber durch unsern Gemeingeist.

Wüsste nun Jemand für „Freunde der natürlichen Lebensweise“ einen kürzern, deutschen, treffenden Namen zur Bezeichnung unserer Sache anzugeben, der möge uns mit demselben erfreuen. Inzwischen prüfen wir einmal die Wege durch, die uns zum Ziele führen.

~~~~~  
**2. Der Instinkt.**

Wer ohne vorgefasste Meinung die Natur beobachtet, findet auch, dass alle Thiere und so auch der Mensch eine in ihnen selbst liegende, durch das Gefühl sich unwillkürlich und unmittelbar kundgebende Naturanzeige über das haben, was ihnen, bezüglich ihres Gesamtlebens frommt, was nicht. Sofern wir diese Thatsache als ein unmittelbares Gefühl betrachten, nennen wir sie Instinkt.

Der Instinkt der Thiere ist un- gemein richtig und scharf, wie ihre Sinne, auf deren Unverdorbenheit und Geübtheit er beruht. Jemehr die Noth sie zwingt, sich Gewalt anzuthun, desto mehr entschliessen sie sich zu dem, was sie selbst vermeiden würden. Jemehr sie in die Sklaverei des Menschen kommen, desto unzuverlässiger wird durch unnatürliche Gewöhnungen ihr Instinkt. Alle unsere Hausthiere haben ihn nicht mehr rein.

Ebenso verhält es sich mit dem Menschen. Vermöge seines Verstandes beziehungsweise Unverstandes hat er die Möglichkeit im Einklang oder aber im Zwiespalt mit seiner Natur, also mit der Natur überhaupt zu leben. Je mehr er im Einklang mit ihr lebt, bleibt sein Instinkt rein; je mehr und je länger er widernatürlich lebt, desto mehr geht ihm die Reinheit und Feinheit des Instinkts verloren.

Die Stufenleiter der Verirrungen abwärts ist eine sehr lange. Wer tief gestiegen, dem werden Speise und Trank, die den Andern durchschnittlich behagen, fade, geschmacklos sein. Seine Nerven sind schon zu sehr abgestumpft. Er muss schon Pfeffer und Senf haben, und „starkes Getränk“, „feine Priese“ und „starken Tabak.“ Noch tiefer regieren Mixpickel und Spirit — bis das Delirium oder sonst eine der 1000 Krankheiten solch einem zerrütteten Dasein ein frühes Ende macht.

Auf der Höhe des reinen Instinkts stehen wir heutigen Menschen der „civilisirten Welt“ alle nicht; aber wir können den Abgrund sehen und können dem natürlichen Instinkte durch Einsicht und strenge Folge wieder näher kommen.

Je mehr wir dies nun thun, uns selbst beobachten, eigene und fremde Erfahrungen benutzend, desto mehr gelangen wir unter Anderem zu folgenden Thatsachen:

1. Alle Narcotica sind instinktwidrig. Narcotica nennt man alle solche Stoffe, deren Genuss direct erregend, beziehungsweise betäubend

auf die Nerven wirkt: Tabak, sei er nun geraucht, geschnupft oder gekaut, Opium, Hanf u. A. Die Natur sträubt sich so dagegen, dass die Kunst, diese Dinge „zu ertragen“, meist durch Erbrechen erkaufte wird. Wie schädlich aber diese Stoffe für uns sind, darüber siehe meine natürl. Lebensw. I, S. 41, II, S. 38, III, S. 12 und als besondere Schrift: Lundahl, „Tabak ist Gift.“

2. Alle Gewürze sind instinktwidrig. Der Sprachgebrauch unterscheidet schon zwischen Würze und Gewürze. Ersteres bedeutet die in den Speisen enthaltenen natürlichen Reizmittel, z. B. in einem wohlschmeckenden Apfel, Birnen, etc. Gewürze drückt eine grössere Menge (Ge-, wie in allen Zusammensetzungen mit Hauptwörtern) von Würzen aus, die man künstlich einem andern Stoffe zufügt, um ihm einen gesteigerten Reiz zu verleihen: z. B. Zimmet zur Mehlspeise, Salz zum Fleisch u. s. w. Alle Gewürze nun sind instinktwidrig, denn man wird jedes Kind erst langsam oder mit Gewalt daran gewöhnen müssen. Je mehr wir sie anwenden, desto mehr bedürfen wir ihre allmähige Steigerung, denn sie stumpfen die Nerven ab. Instinktgemässe Speisen dagegen bekommen wir nie überdrüssig.

3. Alle scharfen Würzen sind instinktwidrig. (Vergl. No. 2.) Viele Pflanzenstoffe haben von Natur stark reizende Eigenschaften, auch die bei uns einheimischen oder eingeführten: sie sind instinktwidrig. Hierher gehören: Raute, Rettig, Petersilie, Zwiebel u. s. w., Schlehen, Kümmel,

u. s. w., unreife Früchte u. s. w. All dergleichen ist, wie man auf gleiche Weise erproben kann, instinktwidrig, es sei denn, dass man die Stärke der Würze künstlich bricht.

4. Alle Spirituosen sind instinktwidrig. Hierher gehören alle gegohrenen und gebrannten Getränke, wie: Wein, Schnaps, Bier, Broihahn, Apfelwein, Essig und dergleichen. In diesen allen ist Alkohol, eine für uns giftige, nervenreizende und lähmende Substanz. Ein unverdorbenes Kind wird den Genuss aller dieser Dinge weigern, bis Andere es aus Unkenntniss durch Ausdauer oder Gewaltthätigkeit, durch Ueberredung und moralischen Zwang daran zu gewöhnen sich nicht scheuen. Die Spirituosen sind bekanntlich einer der ärgsten Feinde des Menschengeschlechtes.

5. Alle bei uns üblichen warmen Getränke, welche dieselben oder ähnliche reizende Giftstoffe enthalten, sind instinktwidrig. Hierher gehören: Thee, Caffee, Chocolate, Cacao, Punsch, Eierpunsch, Warmbier, Glühwein u. s. w. Dass in diesen Giftstoffe sind, darüber siehe „Natürl. Lebensweise“ Cap. 10.

Dass bei manchen derselben der Giftstoff durch Zusatz von Nahrungsmitteln: Milch, Mehl, Eier u. s. w. verhüllt ist, darf uns über die Thatsache selbst nicht täuschen. Der unverdorbenes Instinkt, so lange er die Wahl zwischen ihnen und instinktgemässen Dingen hat, z. B. Milch, Obst u. dergl. wendet sich von ihnen umsomehr ab, je unverhüllter, d. h. je stärker ihm der Caffee, Thee u. s. w. angeboten wird.

6. Alles Fleisch und daraus gefertigten Präparate sind instinktwidrig. Also alles rohe, gekochte, gebratene Fleisch, alle Fette und Fleischbrühe und was sonst vom geschlachteten Thiere gewonnen wird, ist instinktwidrig. Kinder müssen daran, ebenso wie an Spirituosen gewöhnt werden, sonst mögen sie es nicht. Der Instinkt würde sich noch weit lebhafter dagegen auflehnen, wenn wir Alle unsern Bedarf selbst erziehen, erjagen, schlachten und bereiten müssten, während diejenigen unter uns, die das geschäftsmässig treiben, ihr Gefühl in dieser Beziehung desto mehr abstumpfen. Alles Fleisch, auch wenn es nicht krank ist, enthält Giftstoffe neben den Nährstoffen und diese Giftstoffe gerade sind auch hier das Reizmittel. Siehe Nat. Lebensw. Cap. 10. Der feinere Instinkt weigert sogar den Genuss von Eiern und Thiermilch und deren Producten, wenigstens in manchen ihrer Formen.

7. Alle künstlichen Oele sind instinktwidrig. Hierher gehören ausser den Schlacht-Thierfetten die Butter, die Pflanzenöle: Buchöl, Rüböl, Provenzeröl, u. dergl. In reinem Zustande sind das zwar keine Reizmittel, wie die No. 1—6, aber sie sind eine unnatürliche Häufung der Fettsubstanz, die im Uebermass Ekel und Erbrechen erregt. In dem instinktgemässen Masse aber haben wir solche Fette in allen naturgemässen Nahrungsmitteln, und könnten die künstlichen entbehren.

8. Alles Gährende, Faulige, „Verdorbenes“ ist instinkt-

widrig. Ranzige Butter, gährendes (faulwerdendes) Obst, stinkendes Fleisch (haut gout!), schimmliches Brod und all' dergleichen gehört hierher. Unsere Behauptung bedarf wohl auch des Beweises nicht erst: freilich die Macht der Gewohnheit, d. h. abgestumpfte Nerven lassen manchen Menschen fauliges Wild, stinkenden Stockfisch, faulenden Käse und Aehnliches noch immer „sehr angenehm“ finden, und sie rühmen es, dass ihr Verstand sie zu Allesessern erhebe.

9. Alle sehr kalten und sehr heissen Speisen und Getränke sind instinktwidrig. Von der ersten Speise und Trank, die der Blutwärme entsprach, gehen wir zu den kühlern Nährstoffen über. Die heisse Suppe aber widerspricht dem unverdorbenen Instinkt ebenso, wie das „Eis,“ wenn es auch beides zur Tafel des Reichen gehört und durch seinen Gegensatz noch schädlicher wirkt.

10. Alle Unmässigkeit, auch in den gesundesten Nahrungsmitteln, ist instinktwidrig. Der Instinkt giebt das Gefühl der Sättigung als Grenze an. Die Reizmittel (1—6) weil sie überhaupt nicht sättigen, geben auch diesen heilsamen Warner nicht, und darin liegt ihre verführerische selbst steigernde Macht. Die Gefrässigkeit ist eines der hässlichsten Laster. Der Instinkt sagt auch, dass man womöglich nicht zu umfangreiche Nährstoffe zu sich nehmen soll (d. h. z. B. nicht eine Masse Kräuter, Kartoffeln etc. und wenig oder gar keine Cerealien, sondern mässig Cerealien

und ein wenig Kräuter, Obst etc. als Zukost.)

11. Alle Unregelmässigkeit und Künstelei in der Ernährungsweise ist instinktwidrig. Man soll essen, wenn man hungert, trinken, wenn man dürstet; wenn nicht, nicht! Dann befindet man sich am besten und die Nahrungsmittel bleiben dann zugleich Genussmittel!! Da unsere menschlichen Thätigkeiten aber nicht immer zulassen, dass wir uns immer nach Belieben mit Essen und Trinken beschäftigen, so ist die Sitte heilsam, es in der Regel zu bestimmten Tageszeiten zu thun, aber so, dass sich das Quantum der Speise gut vertheilt; eine Mahlzeit für 24 Stunden wird zu reichlich ausfallen, weil der gesteigerte Hunger zum Mehrgenuss reizt, und die Trägheit nach Tisch, das Schläfrigwerden, ist das Anzeichen der Unnatürlichkeit. Zu langer Hunger affizirt die Nerven, erzeugt Kopfweh u. s. w. Dasselbe gilt von der Mannigfaltigkeit und Künstlichkeit der Speisen. Unter sonst gleichen Eigenschaften ist das Einfachste das Beste.

12. Unreines Wasser und Vieles Trinken ist instinktwidrig. Man Sorge vorzüglich für gutes, reines, frisches Trinkwasser. Namentlich darf es keine Theile verwesender Pflanzen und thierischer Reste enthalten. Die Nähe von Kirchhöfen, Mistgruben, Giftabflüssen von Fabriken, Abtritten u. s. w. bei Brunnen ist unverantwortlich. Aber auch das Vieltrinken ist instinktwidrig. Es

ist, von besondern erhitzenden Anstrengungen abgesehen, meist, wie das Vielessen, nur Angewöhnung, durch reizende Diät veranlasst, und hat unnatürliche Ausscheidungen und deren Uebel zur Folge. Wer jahrelang sich der reizenden Diät enthält, wird erstaunen, wie wenig er dürstet, selbst bei starken Tagemärschen in heissen Tagen.

13. Alle Unsauberkeit ist instinktwidrig. Ein gesunder und gesund lebender Organismus hält sich im Wesentlichen selbst schon rein, wie eingesunder Baum, während ein kranker Baum viel Unrath bildet und mühsam ausscheidet. Die Grundbedingung der Reinheit ist daher die gesunde Diät. Aber wir müssen sie direct unterstützen durch Reinheit am Leibe, in der Kleidung, in der Nahrung u. s. w. Das Wasser ist noch viel heilsamer zum Waschen und Baden, als zum Trinken. Das Forciren der Wasserfanatiker ist Unnatur. Aber Waschen und Baden, mit Mass und Vermeiden der Erkältungen, wird stets Gesundheitsgefühl fördern. Wer es nicht gewohnt ist, meide zu kalte Temperatur, suche sie aber gut ertragen zu lernen.

14. Alle Erschöpfungen sind instinktwidrig wie die Faulheit auch. Arbeit, d. h. hier nur Bewegung des Gesamtorganismus, ist Bedingung des Lebens. Daher das Wohlgefühl, das sie begleitet. Aber die Ruhe ist eben so Bedingung, ist eben so süß. Der Wechsel von Beiden, und das Masshalten in Beidem, ist also von der Natur angezeigt; der

Instinkt lehrt es, die Natur belohnt unsere Folgsamkeit gegen sie.

15. Alle sehr hohen und sehr niedrigen Wärmegrade sind instinktwidrig. Gegen Beide warnt uns das Gefühl. Aber wir sind gezwungen, uns Beiden mehr oder weniger auszusetzen. Daher müssen wir uns methodisch zur Ertragung Beider erziehen. Das gehört zur Abhärtung und zu hüten haben wir uns nur vor dem plötzlichen Wechsel, um so mehr, da unser Wohnungsleben und die Unsitte uns sehr zu verweichlichen pflegt. Die Kleidung ist ein Ausgleich, aber sie darf nicht zur Verweichlichung des Körpers dienen, noch zur Schädigung durch Enge (Schuhe, Stiefeln, Schnürbrüste, Gurte etc.).

16. Alle starken Gerüche sind instinktwidrig. Die Abstumpfung der Geruchsnerve scheint bei vielen Menschen besonders stark vorgeschritten zu sein, daher viele Düfte, die dem Einen schon widrig sind, von Andern kaum empfunden werden. Der annähernd gesunde Instinkt sträubt sich gegen jeden starken Duft, selbst wenn er angenehm ist; er wirkt zuletzt betäubend, z. B. Flieder, Blumen im Zimmer etc. oder wird gar tödtlich. Alle Duft-Wasser und Oele sind daher mindestens mit grosser Einschränkung zu brauchen.

17. Alles Dumpfige ist instinktwidrig. Wie das Brod aus dummliger Frucht bereitet, übel ist, so alle dumpfige Luft zum Athmen. Licht und frische Luft sind Grundbedingungen des Lebens. Grosse Städte, Fabrikräume, dunkle Schlafgemächer,

Kellerwohnungen und dergl., feuchte Zimmer, in denen die Wände schwitzen, Berufsarten mit üblen Ausdünstungen, Düngergruben in den Gehöften, über-völkerte Wohnhäuser u. s. w. sind gesundheitsgefährlich, und nach Möglichkeit zu bekämpfen.

18. Alles Schmerzliche ist instinktwidrig. Wie der leibliche, so ist auch der Schmerz in Gemüth und Geist das Anzeichen vom Kampf der gesunden Natur gegen etwas ihr Feindseliges. Hilf ihr in jeder Beziehung zum Siege, so viel du vermagst. Der gesunde Mensch ist heiter. Die willenskräftige Weisheit wandelt selbst den Tod in süßes Entschlummern nach einem langen reichen schönen Leben.

Summa! Mancher Leser wird in Manchem von dem, was wir hier anführten, eine Uebertreibung sehen. Es genügt aber vorerst, wenn er zugiebt, dass jede Nummer einen Scheideweg zeigt, wo man in das Falsche, Naturwidrige bei weiterem Vorschreiten zweifellos kommt, oder aber zum Gegentheil. Streiten wir nicht darüber, mit dem wie vielsten Schritte auf diesem Wege das Falsche beginnt; meiden wir die Irrwege dauernd und wir werden bald durch den reinen Instinkt einen Massstab gewinnen, den wir vorher nicht geahnt hatten, und den Scheideweg zuletzt am Scheidepunkte richtig erkennen.

Wenn nun aber der so annähernd wiederhergestellte eigene Instinkt, und die Beobachtung desselben bei Andern und die Aehnlichkeit mit dem Instinkt der Thierwelt in ihrer Art dafür

spricht, dass wir ihm zu folgen haben, warum thun wir es nicht? „Nach der Natur leben war schon die Loosung der Alten!“ Es giebt aber noch viele Andere Betrachtungen, die uns als denkende Wesen auf denselben Weg führen. (Fortsetzung folgt.)

## Aus dem Vereinsleben.

**1. Mitgliedschaft.** In unserer No. 1 waren 106 Mitglieder berechnet, es waren aber nur 105, indem Fräulein Ida Bertram aus Sondershausen, d. Z. bei Herrn Th. Hahn auf der Waid, durch ein Versehen nicht aufgeführt war. Dagegen bedauern wir, dass unser Mitglied Hermann Fuhrmann in Reutlingen im Hospital daselbst am Typhus gestorben ist. Bei seinem Besuch in Nordhausen erfreuten wir uns seiner Kräftigkeit an Leib und Geist. Unser Correspondent fragt bei seiner Todesart in Parenthese: „oder an Medicinbehandlung?“ – Seit dem 1. Juni traten dem Vereine bei: Herr Albert Peter, Gärtner und Julius Aderhold, Schriftsetzer in Nordhausen; Herr Carl Reuter in Brenkhausen bei Hoexter; Herr Carl Bode, Brandenburg; Frau Lina Poppe, Artern; Gustav Weilshaeuser, Privatier, Oppeln; Herr Major Knoerzer, Commandant des kgl. Württemberg. 2. Jägerbat., Ulm; Herr Arn. Jos. Hoffacker, Rechtspractikant in Blankenheim, Rheinpreussen, nebst Frau Caecilie Josephine, geb. Michels, u. drei Kindern; Herr Fritz Moeckel, Bad-Nauheim; Herr Carl v. Ooppel, d. Z. in Nordhausen; Herr W. Gölz, ev. Pfarrer a. D. in Binzen bei Haltingen in Baden; Fr. Anna Kranz, Nordhausen; Herren Joh. Wacker, Schneidermeister, Ludwig Wacker, Turnlehrer, Grosselfinger, Com-

mis, Zicher, Goldarbeiter, Gustav Noller, Goldarbeiter und C. Rin-ger, sämmtlich in Pforzheim; Herr Alfred v. Seefeld, Buchhändler in Hannover, nebst Schwägerin Frl. Margarethe Edelbüttel daselbst; Herr Dr. med. Carl Koch, Hernstadt, Schlesien; Herr Carl Weilshaeuser, Kreisrichter in Falkenberg; Herr Franz W. Kubiczeck, Direc-tionsbeamter der östlichen Staatsbahn in Wien, Minoritenplatz 7; Herr Ma-thaeus Schmidtbauer, Lehrer in Schaerding a/inn, Oberösterreich; Herr Dr. med. Nowy in St. Radegund bei Graz; Herr Joh. Fr. Zorn, Frankfurt a/M.; Herr Friedr. Neu-haus - Ducart, Angestellter der eidgenössischen Militair-Kanzlei in Bern, nebst Frau und drei Kindern; Madame E. Hecquet, Paris, Rue Bourdonnaie 16; Herr Franz Wer-ner, Kaufmann, Wolkramshausener Zuckerfabrik bei Nordhausen; Herr Rechtsanwalt Steinitz und Frau in Rosenberg, Schlesien; Herr Ludwig Storch, Schriftst., Kreuzwerthheim a/Main; Herr M. Fritsch in Halle; Herr W. Vernimb (Adr. Riensch & Held) in Hamburg; Herr F. G. Joedicke, Seifenfabrikant in Mühl-hausen, Thüringen; Herr Joh. Glum-pler, K. K. Hauptmann a. D., nebst Frau Helene Glumpler u. 4 Kindern in Mährisch-Neustadt: 48, also mit der ersten Liste zusammen 153 Mitglie-der. Ich habe verschiedene Beistimmungs- und Abonnementsbriefe erhalten, welche indess den Beitritt zum Verein nicht ausdrücklich aussprechen. Ich bitte die Betreffenden dies nachzuholen, wenn es so gemeint gewesen oder sie sich dazu ent-schliessen. Die Wahrheit kommt nie „von selbst“, sondern dadurch, dass sich Menschen finden, die sie er-kennen und bekennen; darum ist im Beginn unseres Strebens jeder gute Name uns werthvoll.

**2. Der Verein.** In Erwä-gung: dass die Absicht unseres „Nord-häuser Vereins für natürliche Lebens-weise“ unter Anderem war, die ver-einzelt existirenden oder werdenden Vegetarianer mit einander zu verbind-en und so der Sache dienstbarer zu machen; dass die Zahl der aus-wärtigen Mitglieder grösser geworden als die der inwärtigen; dass die Grup-pirungen eine veränderte Organisation anzeigen (vergl No. 1 am Schluss); dass von verschiedenen thätigen Mit-gliedern es beantragt ist; dass es der kürzeste und natürlichste Weg unse-rer weiteren Vereinsentwicklung ist; dass endlich ein solcher Verein sonst in Deutschland z. Z. nicht existirt, hat der Nordhäuser Verein in seiner Sitzung vom 9. Juli beschlossen: 1) Der Verein nennt sich: „Deutscher Verein für natürliche Lebensweise“. 2) Der Vorstand des Nordhäuser Local-vereins — der als solcher fortbesteht — besorgt die Vereinsgeschäfte bis zu einem im Frühjahr 1869 zu be-rufenden Vereinstage. Das „Vereins-blatt“ dient als Organ, und wird alle weiteren Mittheilungen bringen.

Indem wir auf die Zustimmung der Vereinsgenossen rechnen, bitte ich demnächst um zweierlei: 1) Es möchten sich an Orten, wo eine, wenn auch noch kleine Anzahl Mitglieder und Freunde unserer Sache vorhanden sind, Localvereine bilden, und mögte eine Adresse mir ange-geben werden, an welche ich meine Zusendungen für alle Dortigen zu richten habe. Es ist das eine grosse Ersparniss von Mühe und Geld. Ich hoffe dergleichen Einrichtungen na-mentlich von Wien, Oppeln, Stutt-gart, Barmen, Leipzig u. A. bald zu erfahren, wie sie mir von Pforzheim thatsächlich bereits vorliegt. 2) Es mögten weiterhin bestimmte Vor-lagen und Anträge für den Vereins-tag dem Vorstande eingesendet wer-

den, damit das „Vereinsblatt“ sie vor-gängig veröffentlichen könne.

E. Baltzer.

## Aus der Correspondenz.

**Dogmatische Standpunkte.** Ein eifriger Katholik, der sich als „halber Vegetarianer“ bekennt, sagt unter An-derem „sich vom Fleische gänzlich zu enthalten bedürfen wir nicht, wie uns unser Vorbild, der göttliche Heiland, durch sein hehres Beispiel darthut“. Dagegen sagt eines unserer Mitglie-der: „In meiner Kindheit Jahre lang durch ererbte Krankheiten geplagt und in Folge dessen in allgemeiner Entwicklung gehemmt, wie auch aus Grund daheriger später erfahrener Nachtheile besonders in physischer Beziehung und durch schon früh em-pfundene Widersprüche, die in der heutigen physischen und geistigen Erziehung und überhaupt in den so-cialen Verhältnissen herrschen, bin ich schon lange zum Nachdenken ver-anlasst worden, ob denn solch allseitiges menschliches Elend auf dieser schönen Gotteserde als ein bleibender Naturzustand anzunehmen sei, wie es engherzige Menschen lehren, oder ob der Satz „Dein Reich komme“ nicht eine Realität werden kann? Die lei-seste Ahnung, dass dieses Reich Gottes kommen kann und muss, ge-nügt, mich zu bestimmen, die Wahr-heit zu suchen, und um dieselbe zu finden, habe ich erkannt, dass vor Allem Annäherung zu einer Lebens-weise, wie die desjenigen, der obige inhaltschwere Worte gesprochen, der einzig richtige Weg ist, die Wahr-heit und ächtes Lebensglück zu fin-den.“ Wir sehen hier das Vorbild Jesu zum Entgegengesetzten ange-rufen! Von einem anderen katholi-schen Freunde wird uns sogar eine Schrift zur Empfehlung unserer Sache

„vom katholischen Standpunkte“ in Aussicht gestellt. Von noch anderer — jüdischer — Seite wird, wie wir hören, eine Abhandlung erscheinen, welche den Vegetarianismus als ur-jüdische Institution rechtfertigen soll. Es ist gewiss ganz erwünscht, wenn dergleichen Arbeiten vollbracht wer-den, es werden Beiträge zu einer Geschichte des Vegetarianismus und Mittel die Zugänge zu ihm zu öffnen. Wir selbst mögen wohl die Ergeb-nisse sehr ruhig abwarten, da unsere Ueberzeugungen wohl meistens — die meinigen wenigstens — nicht auf einem Dogma, nicht auf einer Auto-rität, sondern auf der Erkenntniss und Erprobung der Natur beruhen.

**Heilweise.** Herr Kubiczeck in Wien schreibt uns: „Herr Thal, Fri-seur in Wien (Josephstadt), litt im heurigen Winter an acuter Gicht in den Füßen. Sechs Wochen brachte er im Bette zu und litt unsägliche Schmerzen. Der Arzt verordnete Salben und warme Umschläge; doch alles umsonst, es war nicht die ge-ringste Linderung zu erzielen. Auf meine Frage, wie seine Diät beschaf-fen sei, sagte er: Caffee, 1 Seidel Wein (per Tag) und Fleischkost nach Belieben. Ich sagte ihm rundweg, falls er bei dieser Kost verbleibe, dass er binnen Kurzem die Lähmung beider Füsse zu gewärtigen habe. Nach Hahn's Grundsätzen rieth ich ihm: Milch, Vegetabilien und Obst. Nach vier Wochen bei dieser einge-haltenen Diät verliess Herr Thal sein Schmerzenslager und nach weiteren vier Wochen war er völlig genesen. Er versicherte mich zu wiederholten Malen, dass er sich nie früher so wohl gefühlt habe, als bei dieser ein-fachen Diät. Ich halte diesen Fall für so wichtig, dass ich Sie bitte, ihm in Ihrem Blatte einen Raum zu gönnen. Mit ausgezeichnete Hoch-achtung etc. Franz W. Kubiczeck,



Directionsbeamter der östlichen Staatsbahn. Wien, Minoritenplatz No. 7

Halleluja. „Drei Jahre — so schreibt ein Mitglied — bin ich jetzt Vegetarianer — am 18. Juli 1865 war es, als ich die Salinen-Bäder in Bex (Canton Waadt, Schweiz) brauchte, dass ich zufällig Th. Hahn's naturgemässe Diät in die Hände bekam — drei Jahre voller Hoffnung und steter Besserung! Was will das nicht heissen für einen Menschen, welcher seit der Geburt bis zu seinem 18. Jahr nur Krankheit (Scrophulosis) kannte! Doch warum auch daran denken, jetzt, da ich im Besitze des köstlichsten aller irdischen Güter bin, der Gesundheit, dies beseligende Gut, ohne welche es kein wahres Glück giebt, und das die Mutter Natur ihrem treuen Anhänger schenkt.“ — Solcher Halleluja's, nur noch viel längere, sind schon viele eingegangen, nachdem 12jährige ärgste Hämorrhoidalleiden, langjähriger Magenkatarrh und dergl. verschwunden waren. Vergleiche mein „Bekentniss“ in Nat. Lebensweise S. 111 ff., das ich heute in weit erhöhtem Maasse bestätigen kann. Es ist ebenso schön als nothwendig, dass unser System solche Heilkraft hat, und wir wollen dessen dankbar froh sein. Dennoch ist die „natürliche Lebensweise“ nicht etwa nur eine „Kur“; wer sie nur so betrachtet, ist noch fern von ihrer Wahrheit und Beseligung.

Ein Jurist, Mitglied, jüngst verheirathet, schreibt sehr beglückt, dass er nun mit seiner Frau ganz vegetarisch leben könne, und bemerkt unter Anderem, „dass für uns nicht allein die Rücksicht darauf, dass das Nichtfleischessen gesünder ist, als vielmehr die Erwägung maassgebend ist, dass der Mensch kein Recht hat über das Leben des Thiers, und insbesondere, dass uns das Töden des Thiers, nicht aus Nothwehr, sondern um ihr Fleisch zu geniessen, der Hauptquell der mannigfachen Roh-

heiten erscheint, die zur Schande unseres Jahrhunderts von der allgemeinen Meinung noch nicht als solche erkannt sind, oder doch als angebliche Nothwendigkeit mit schwächerer Nachsicht geduldet werden!“ Bravo!

Eine deutsche Mutter, — nicht Mitglied — fern in Russland wohnhaft — schreibt unter Anderem: „Obgleich mir Alles neu ist, wovon Ihr Blatt (Vereinsblatt No. 1) erzählt, so muthet die Sache mich doch an, als eine, die Sie warm empfehlen. Ueberdies spricht manches Erlebniss bedeutend für sie. Dahin gehört der leidenschaftliche Schmerz meines fünfjährigen Felix, als er erfuhr, sein liebes Kälbchen sei — zu Fleisch gemacht: „er wolle nicht essen davon und seinen Liebling rächen am bösen Schlächter“. Tags darauf verzehrte der arme Kleine gleich den Uebrigen seine Bratenportion; mich aber beschlich ein schneidendes Gefühl, als hätten wir Grossen ein Unrecht, eine Entsittlichung an ihm geübt. Ebenso war mir, als mein dreizehnjähriger Heinrich neulich klagend sagte: „Weisst Du! Die Menschen sind eigentlich böser, wie die Raubthiere etc.“ ich konnte nicht nein sagen; aber ich empfand den heissen Wunsch: „Wenn es doch anders wäre!“ — Seitdem ich Ihr Blatt gelesen, kann ich kein Fleisch mehr essen, es ist mir geradezu unangenehm.“ — Ei nun, vor 1800 Jahren sagte jemand: „Ich danke Dir Gott, dass Du den Unmündigen offenbarst, was den „Weisen“ verborgen bleibt“, und ein andermal stellte er die Kleinen unter die Alten und spricht: „werdet wie sie!“

Die Armen. Unser Mitglied Götz sagt sehr wahr: „Ich verdanke dem Vegetarianismus sehr viel, und bin von seinem grossen Nutzen für das physische, ethische und sociale Leben vollständig überzeugt; namentlich aber glaube ich, dass das sociale Räthsel gelöst wäre und die Armen vollkommen sorgenfrei

leben könnten, wenn der Genuss der Vegetabilien zu seinem Rechte käme.“

Häuslichkeit, „Ist mir“, sagt ein anderes Mitglied, „der Abschied von der blutigen Diät auch nicht schwer geworden, so habe ich doch oft mich vereinsamt gefühlt durch das Meiden von Gesellschafts-Localen, in denen ich früher znm Oefteren mit so manchem lieben Freunde zusammentraf. Doch hat auch das Wegbleiben aus diesen Gesellschaften nach anderer Seite hin belebend auf mich eingewirkt, indem ich jetzt ausschliesslich auf meine Familie angewiesen, dieser meine Privatthätigkeit widme.“ Gewiss ein guter Tausch! Uebrigens ist das „ausschliesslich“ durchaus nicht nöthig.

Guter Rath. Prof. Weixlgarten, der übrigens jetzt wieder in Ofen (Wasserstadt, Helenengasse 765) seinem Berufe lebt, schreibt: „Hinsichtlich des „Vereinsblattes“, dessen Erscheinen ich selbstverständlich auf das Freudigste willkommen heisse und dessen Fortsetzung ich daher innigst wünsche, scheint mir sehr wünschenswerth, wenn sich dasselbe zu einem Sammel- und Bewahrbuch — für Vegetarianismus — gestaltete“ u. s. w. Nun ja, ein solches Archiv und ein Buch, rein wie unsere heilige Sache, dass wir auf jeden Familientisch legen können, möchte es allmählig werden.

Zur Brotfrage. Unser Mitglied, Herr A. v. Seefeld, bemerkt: „Der Name „Weizenkleienbrod“ für Graham-Brod dürfte streng zu vermeiden sein, Weizenschrotbrod ist richtiger. Unter Kleienbrod versteht das Publicum unwillkürlich etwas Herbes, Ungeniessbares. Und die Aerzte denken dabei an ihre schöne Erfindung, Weizenkleie mit Eiweiss gebacken als Nahrung für Diabetiker!“ Also Weizenschrotbrod! Richtig! Bei Kleie denkt man in der Praxis meist an die vom Mehl abgesonderte Kleie und das führt ganz irre. Weizenschrotbrod muss es heissen! — Dabei

möchte ich bemerken: dass die am Schluss angezeigte Schrift „unser täglich Brod“ in Bezug der Brodbereitung Alles enthält, was wir für jetzt zu sagen wissen.

Gastfreundschaft. Unser Mitglied Herr v. Seefeld ermächtigt mich, folgende freundliche „Einladung für alle Vegetarianer“ zu veröffentlichen.

### Einladung für alle Vegetarianer auf Reisen zunächst für das Jahr 1868.

Alle Vegetarianer, die auf der Reise Hannover passiren und sich der bunten Speisekarte des Hotels entziehen wollen, bitte ich zum Morgen-, Mittag- oder Abendbrod meine Gäste zu sein.

Zu Mittag speise ich um 12 Uhr; ausser der Zeit ist Graham-Brod, Milch oder Obst stets im Hause. Ein einzelner Gast braucht sich nicht vorher anzumelden; mehrere Gäste oder Familien müsste ich allerdings bitten, mir einige Stunden vorher Nachricht zu geben.

Namhafte Vereins-Mitglieder würden mich zu Dank verpflichten, wenn sie bei vorkommender Gelegenheit nicht einfach durchreisen, sondern einigen Aufenthalt machen und bei mir logiren wollten. Mein Fremdenzimmer ist meistens frei, doch würde mir der Sicherheit wegen ein Brief vorher sehr erwünscht sein.

Zu finden bin ich in den Geschäftsstunden dicht beim Bahnhofe (im Geschäfts-Local: Bahnhofstrasse 14) sonst in meiner Wohnung: Hildesheimer Strasse 48.

Hannover, Juni 1868.

Alfred v. Seefeld,  
Buchhändler u. U. S. V. Consul.

Ein Landwirth. Herr M. in M. schreibt unter Anderem: „Ich bin jetzt mit mir völlig einig, dass die vegetabilische Diät die einzig richtige ist, und dass sie auch Eingang finden wird. Die Praxis ist in diesem Fache, wie so oft, der Theorie vorausgeeilt, und wird sich letztere beeilen müssen, nachzufolgen; die schulgerechten Aerzte verordnen noch Fleisch für die Kranken, während man schon ohne sie an der Hand eines unverdorbenen Instinktes dahin gelangt ist, es für ungesund für die Gesunden zu erklären, ein grel-

ler Widerspruch! Doch habe ich mich gewundert, in Liebig's chemischen Briefen alle die Argumente für die vegetabilische Diät, welche man von der heutigen Physiologie nur erwarten kann, hervorgehoben zu finden. Ich habe aus den obigen Gründen in diesen Tagen einmal mit specieller Rücksicht auf die vegetarische Lebensweise die chemischen Briefe durchgelesen, und bin durch sie wesentlich in dieser Ansicht befestigt worden. Namentlich, wo Liebig die Bedeutung der Alkalien für die Zusammensetzung des Blutes hervorhebt, fühlt man, dass hier nur die Schlussfolgerung fehlt, „also leben wir am Gesündesten, wenn wir nur Vegetabilien essen“; er kommt auch zu einem ähnlichen Schlusse, indem er empfiehlt, zum Fleisch viel Gemüse und Obst zu essen. Im höchsten Grade interessant ist für mich als Landwirth insbesondere noch ein Anhang zu seiner Agriculturchemie, in welchem die japanische Landwirthschaft geschildert wird. Die Japanesen sind von Natur schon Vegetarianer, es fällt also jede Viehhaltung weg, und doch oder wohl besser gerade deshalb treiben sie eine sehr intensive Landwirthschaft. Man braucht nur sich die Flächen etwas grösser zu denken und an Stelle der Kulis mit den Eimern am Bambusstabe mit Pudrette beladene Eisenbahnwaggons zu setzen, um das Bild zu haben, dem unsere Landwirthschaft ähnlich werden muss, wenn die vegetabilische Lebensweise allgemeinen Eingang gewinnt. Heute ist es freilich noch anders, Fleischproduction ist die Losung der Landwirthe, aber sie werden schon herumkommen, sie müssen herumkommen, sobald keine Nachfrage nach Fleisch mehr da ist. Liebig lässt deutlich durch sein ganzes Werk hindurch fühlen, dass dieser oder ein diesem sehr ähnlicher Betrieb sein Ideal einer rationellen Landwirthschaft ist.“

### Ein wiedergeborener Nestor.

Eine besondere Genugthuung empfinde ich, indem ich den Freunden heute auch Ludwig Storch als unser Mitglied und zwar als ein eben so lehrreiches als lehrhaftes und begeistertes Mitglied vorstellen darf. Seine Briefe strömen über von Dank und Freude, dass er dies Glück noch in seinem 66. Jahre gefunden. Ich darf bemerken, dass derselbe mit vielerlei körperlichem Leid behaftet war, was natürlich die Schwingen des Dichters und Schriftstellers in letzter Zeit sehr lähmte. Sein Uebergang zur natürlichen Lebensweise war ein plötzlicher und vielleicht in der ersten Wahl der nunmehrigen Nährmittel nicht gleich correcter, so dass es die übelsten Folgen hatte. „Aber, so schrieb er mir über das damals, ein schlechter Kaempe, der seine Sache gleich nach der ersten Niederlage aufgibt: ich fing es klüger an.“ So fest war er theoretisch von der Richtigkeit des Systems überzeugt, dass selbst Todesgefahr ihn nicht abhielt, nun mit Vorsicht der neuen Regel zu folgen. Nach 4 Monaten konnte er jubelnd melden, wie die Schwäche vorüber und sein krankhafter früherer Zustand geschwunden, wie die „zwanzigjährigen Nachtschweisse aufgehört haben“, wie „die abscheulichen Hämorrhoidalbeschwerden verschwunden“, wie „die Kreuzschmerzen Abschied genommen“ und „ebenso die Hypochondrie, diese böse Sieben“ — „ich bin heiter und stillvergnügt.“ Doch hören Sie aus seinem jüngsten Briefe, in welchem er sich als unser Mitglied meldet, selbst:

Kreuzwerthheim, (am Main) d. 21. 7.  
„O mein theurer Freund! . . .  
Wir wollen muthig angreifen; ich meinerseits bekümmere mich so wenig als Sie um den Hohn und Spott kranker genussüchtiger Menschen, auch meine Wange glüht noch (wie die Ihrige) roth und röther . . .“

Von jener Jugend, die uns nie verfliegt,  
Von jenem Muth, der früher oder später  
Den Widerstand der stumpfen  
Welt besiegt.

Ich sehe in diesem Verein den kaum empfangenen Embryo einer positiven Macht, das zarte Fädchen, um welches sich die Krystalle einer festen physisch-moralischen Menschenwelt ansetzen, gegenüber der allseitig zerfallenden, zerbröckelnden alten Welt.

So unscheinbar unsere Sache sich ausnehmen mag, sie wird schon wachsen, wenn wir uns tüchtig regen

„Aus tiefem Gemüth, aus der Mutter  
Schooss  
Will Manches dem Tag entgegen;  
Doch soll das Kleine je werden gross,  
So muss es sich rühren und regen.“  
(Goethe)

Ich glühe vor Begeisterung für die naturgemässe Lebensweise (das Wort Vegetarianismus lassen Sie uns abschaffen; es ist mir zuwider, und Sie haben ja auch ganz richtig bemerkt, dass es nicht einmal passt, und das wahre Verhältniss keineswegs richtig bezeichnet) und ich habe wahrlich dazu Grund und Ursache genug. Gott weiss, wie schwer mir der Anfang geworden ist und wie ich einige male schier nah am Tode war und wie ich immer noch die grösste Vorsicht anwenden muss, desto süsser und lohnender ist mir aber auch der Sieg. Denn denken Sie sich, liebster Baltzer, welches Heil mir in meinen alten Tagen daraus erwachsen ist: Seit 5—6 Jahren habe ich durchaus nichts Nennenswerthes mehr schreiben können, einige Zeitungsartikel, das war Alles. Es lag mir wie ein bleierner Sargdeckel auf dem Geiste. Ich hatte immer das entsetzliche Gefühl des Lebendig-begraben-seins. Das ist fort; ich fühle mich frei, leicht, lebend, strebend. Der Augenblick ergreift mich wieder, und ich ergreife ihn. „Moments seize, Heav'n's on their wing!“

Ich kann wieder schreiben, o die Feder fliegt mir wieder, als wäre sie dem Fittich eines Adlers entfallen, ganz wie in den Tagen der schönen Jugend.“ . . .

Aber wahrlich, auch mir ist zuweilen, als wüchsen mir Flügel

„Der Busen wird ruhig, das Auge wird  
helle“

das physische und geistige zugleich; denn ich kann seit einigen Monaten wieder ohne Convexbrille lesen und schreiben. Und der Busen wird

ruhig.“ Wie wahr, wie bezeichnend! Die Hypochondrie, die düstre Seelenstimmung, die trübe Sorge — sie weichen alle von mir und ich gedenke noch manches Schöne zu schaffen. Diese Aussicht macht mich unaussprechlich glücklich.

Das bringt mich auf Ihren Pythagoras, den ich tropfenweise zu mir nehme, um ihn so recht con amore durchzuschmecken. Wie dankbar bin ich Ihnen für das köstliche Büchlein. Ich bespreche es öffentlich. Mir fiel der Anfang von Goethes westöstlichen Divan ein:

„Nord und West und Süd zersplittern,  
Throne bersten. Reiche zittern,  
Flüchte Du — im reinen Osten  
Patriarchenluft zu kosten“

Und ich dichtete weiter:

Patriarchenkost zu speisen,  
Wie des Ostens grosse Weisen.

Reines Brod von Weizenähren,  
Reiner Apfel soll mich nähren.  
Milch und Wasser will ich trinken  
Und an Deinen Busen sinken,  
Heil'ge Mutter, voll Erbarmen  
Nimm mich auf in deinen Armen.

Unter deinem Schutz beflissen,  
Will ich streben, forschen, wissen,  
Will ich sehen und erkennen,  
Was die Alten Weisheit nennen.  
Lebensglück in voller Schale  
Sei mein Loos bei diesem Mahle!

Ich küsse Ihrer trefflichen Hausehre die Hand und umarme Sie im Geist.

Ludwig Storch.

### Zur Literatur. Neuestes.

1. Von unserm Mitgliede, Herrn Dr. med. Koch in Herrstadt, 79 Jahre alt, erschien ein jugendfrisches geharnischtes Flugblatt für unsere Sache unter dem Titel „ein Blick in's Menschenleben“, abgedruckt auch in der Breslauer Zeitung.
2. Von einem unserer Mitglieder erschien: „Die Gefahren der Impfung und die Staatsmedizin“. Wien, Finsterbeck, 1868. 55 S. Zusammenfassende Bearbeitung, verständlich für Jedermann.
3. Petition an das hohe Abgeordnetenhaus um Aufhebung des

Impfzwanges. Wien, Finsterbeck. 1868.

4. Die Impfung vom Standpunkt der Gegner. Ebenda. 1868.
5. Ganz besonders empfehlen wir: „Gesundheit, Wohlstand und Glück“. Eine Familienbibliothek. Aufsätze und Abhandlungen berühmter Autoren, welche das leibliche Wohl des Menschen zu befördern geeignet sind. Berlin, Theob. Grieben. Monatlich 1 abgeschlossene Lieferung à 5 Sgr., deren 6 einen Band bilden. Man verpflichtet sich zur Abnahme von 1 Bande. Einzelne Hefte etwas theurer. Bis jetzt sind erschienen:
  - a. Die wahrenaturgemässe Heilkunde im Gegensatz zur Medicinheilkunde, vom Professor Dr. med. R. T. Trall. 7 $\frac{1}{2}$  Sgr.
  - b. Unser täglich Brod, oder der Werth des Brodes aus ungebeutetem Mehle. Von Dr. W. Horsell, mit Zusätzen von Mehren. 7 $\frac{1}{2}$  Sgr
  - c. Das Buch der Gesundheit für

das Volk von Leroy Sunderland, 7 $\frac{1}{2}$  Sgr.

Im Abonnementspreis auf 6 Hefte jedes Heft 5 Sgr.

Diese Bibliothek wird uns besonders mit der bezüglichen Literatur des Auslandes bekannt machen.

6. Ferner erschien von Rud. Virchow eine Schrift über „Nahrungs- und Genussmittel“, Berlin, 1868 (Heft 48 der Sammlung gemeinverständlicher wissenschaftlicher Vorträge, herausgegeben von Virchow und Holtzendorf) 8 Sgr. Bei der Berühmtheit des Verfassers, und da derselbe auf den Vegetarianismus ausführlich eingeht, erschien ferner:
  7. Briefe an Virchow über dessen Schrift „Nahrungs- & Genussmittel“ von Eduard Baltzer. Mit einer Tafel Abbildungen. Nordhausen. Ferd. Foerstemann. 8 Sgr. (3. Heft der „Natürlichen Lebensweise“).

Um Verbreitung dieser letzten eben versendeten Schrift bittet im Interesse der Sache **Eduard Baltzer.**  
Nordhausen, Juli 1868.

### An die Leser.

Die Aufnahme von No. 1 dieses Blattes ist in Kreisen — die sie bis jetzt erreichen konnte, eine so günstige gewesen, dass ich mich zur Fortsetzung entschlossen habe. Allerdings kann ich bei der nur erst geringen Bekanntheit nur zusagen, in unbestimmten Fristen weitere Nummern erscheinen zu lassen, und zwar abonnirt man auf 10 Nummern resp. Bogen im Buchhandel mit 1 *Rfl.*, beim Herausgeber mit 20 *Sgr.*, franco gegen franco für Briefe und Streifbandsendungen. **Einzelne Nummern zu gleichem Preise**, so weit der Vorrath reicht.

Die Freunde der Sache ersuche ich, mir das Bestehen des Blattes dadurch zu erleichtern, dass sie für Ausbreitung des Abonnentenkreises sorgen helfen! Manche stille Freudenthränen, die bei den Segnungen so Vieler Ihnen wie mir durch's Auge perlen, sei unser Lohn!

Noch bitte ich um Entschuldigung, wenn ich die Correspondenz nicht immer pünktlich erledigen konnte. Sehen die Freunde jede Nummer als einen Brief an, den Sie von mir empfangen!

**Eduard Baltzer.**

Selbstverlag des Herausgebers **Eduard Baltzer** in Nordhausen.  
In Commission bei **Ferd. Förstemann** daselbst.  
Druck von **Th. Müller** in Nordhausen.

# Vereins-Blatt

für Freunde

## der natürlichen Lebensweise (Vegetarianer).

N<sup>o</sup> 3.

Nordhausen, den 1. October

1868.

Dass das Fleischessen wider des Menschen Natur ist, geht vor Allem aus seiner körperlichen Anlage hervor. **Plutarch.**

### Die Wege zur natürlichen Lebensweise.

#### 3. Die körperliche Naturanlage.

Wenn wir darauf Acht haben, wovon die Thiere sich nähren, so finden wir, dass ihre Körpereinrichtung und die Art ihrer Ernährung in merkwürdiger Uebereinstimmung stehen. Insecten haben einen Rüssel, um, was sie bedürfen, aufzusaugen; der Adler hat seine Fänge, die Beute zu ergreifen und seinen scharfen Krummschnabel, um sie zu zerhacken; das Lamm hat seine weit nach vorn gestreckten Schneidezähne, um die Gräser abzweiden, und die breiten Malmer, um sie klein zu mahlen; der Wolf hat wieder seine Fänge, die Beute zu haschen und sein scheerenartiges Gebiss, sie zu zerreißen, um sie verschlingen zu können. Und so ein jedes Geschöpf in seiner Art. Wie ihre körperliche Einrichtung, so ist ihre Lebensweise. Weil sie so organisirt sind, wie sie es sind, darum saugt die Biene Honig, darum jagt der Adler Thiere, darum

graset das Lamm, darum lebt der Wolf wie der Adler von erjagter Beute. Und wenn wir, was weniger augenfällig ist, den innern Bau der Geschöpfe und die Werkzeuge zu ihrer Verdauung in Betracht ziehen wollten, so würde man da ebenso kennzeichnende Verschiedenheiten finden, und die Gelehrten setzen das in ihren Büchern des Weitern auseinander.

So hat denn auch der Mensch seine körperliche Naturanlage bekommen, die ihn auf seine Nährart hinweist, und namentlich giebt sein Gebiss den allerdeutlichsten Fingerzeig, oder wie Huxley (Stellung des Menschen in der Natur, übers. v. Carus, S. 91) es ausdrückt: „es hat einen eigenthümlichen classificatorischen Werth.“ Man nehme nur einmal das Gebiss eines lebendigen oder todten Pflanzenfressers, (Pferd, Rind, Schaf etc.) und das eines Fleischfressers (Hund, Katze etc.) und vergleiche es durch eigene Anschauung mit dem menschlichen Gebiss, so wird augenblicklich und zweifellos klar werden, dass der Mensch weder zum Pflanzenfresser wie das Schaf und alle Grasfresser, noch zum Fleisch-

fresser wie die Katze und alle Fleischfresser, sondern zu einer andern Nahrungweise von der Natur bestimmt ist, und zwar zum Fruchtfressen.

Denn wie es sich auch um die Entstehung der ersten Menschen verhalten möge, sicher hatten sie von vornherein nicht Pfeil und Speer, nicht Netz und Messer, die Thiere zu überwältigen, zu fangen, zu schlachten: sie hätten das Alles mit Hand und Gebiss machen müssen, und dazu sind sie eben von Natur nicht eingerichtet. Dagegen fanden die ersten Menschen die mannigfaltigen Früchte der Erde vor, die zumal in fruchtreichen südlichen Gegenden in überreicher Fülle gedeihen: Bananen und Kokosnuss, Datteln und Feigen, Mais und Trauben und wer nennt sie Alle, die in reichster Mannigfaltigkeit die Erde schmücken und die Menschen nähren und erquicken? Von ihnen wird der Mensch gelebt haben, denn dazu ist er von Natur eingerichtet. Mit seinen Schneidezähnen zerschneidet er das Fleisch der Früchte, die er leicht mit seinen Händen pflückt; mit seinen Malmzähnen mahlt er die Brodfrucht und speichelt sie reichlich ein zu gesunder Verdauung; mit seinem Verstande kann er die Kokosnuss öffnen lernen und sie genießen, und mit ihm überhaupt allmählig die Kultur schaffen, durch welche er den Ackerbau zur Grundlage seines Daseins machen lernte.

Dass der Mensch zu solchem Fruchtfresserthum von Natur bestimmt ist,

sehen wir auch dadurch recht deutlich bestätigt, dass diejenigen Geschöpfe, die uns in Bezug auf körperliche Einrichtung am nächsten kommen, die Affen (in ihren höchsten Arten) reine Frugivoren oder Fruchtfresser sind und auf die Gegenden der Erde beschränkt blieben, wo sie ihre von der Natur angezeigte Nahrung vorfanden. Das Gebiss der Affen unterscheidet sich zwar von dem des Menschen, allein im Wesentlichen stimmt es überein, und obgleich das, worin sie sich von uns unterscheiden, sie thierischer, eher zum Zerreißen geeignet macht, so sind sie dennoch — Fruchtfresser. Näheres hierüber nebst Abbildungen siehe in meiner „natürlichen Lebensweise“ III. „Briefe an Virchow“ S. 42 ff.

Diese Vergleichung der körperlichen Anlagen der Geschöpfe, je mehr sie wissenschaftlich durchgeführt wird, (vergleichende Anatomie und Physiologie) stellt uns den Satz fest: der Mensch ist zum Fruchtfresser geboren. Ist dies aber der Fall, so genügt dies allein schon, dass wir dem Fingerzeig folgen, und wer ihm folgt, findet dann in dem normaleren Gedeihen seiner selbst die practische Bestätigung jener Wahrheit.

Dieser Weg der bezüglichen Wahrheitserkenntniss ist so einfach, dass er schon in alter Zeit sehr wohl bekannt war. „Dass die Sarcophagie (das Fleischessen) wider des Menschen Natur ist, sagt schon Plutarch sehr präcis, das erhellt vor Allem aus seiner Körperbildung,\*) denn mit keinem

\*) Seine Worte sind: *ὅτι γὰρ οὐκ ἔστιν ἀνθρώπων κατὰ φύσιν τὸ σαρκοφαγεῖν. πρῶτον μὲν ἀπὸ τῶν σωμάτων δηλοῦται τῆς κατασκευῆς. Plutarch περὶ σαρκοφαγίας I, 5.*

der auf Fleischfressen angewiesenen Thiere hat der menschliche Leib eine Aehnlichkeit.“ Folgt eine ausführliche Beschreibung, die ich in meinem „Pythagoras“ S. 116 bereits mittheilte.

Der Haupteinwand, den man hiergegen gemacht, ist nun dieser, dass der Mensch allerdings von Natur Fruchtfresser sei, allein er habe Verstand, und zwar in einem Maasse, wie kein Thier ihn habe, und durch ihn sei er fähig, Omnivore (Allesesser) zu werden, und somit Herr der Erde.

Dieser „Einwand“ ist in so weit richtig, als er die Thatsache constatirt, dass der Mensch eine so viel höhere Verstandeskraft hat, als die Thierwelt, und dass er mittelst derselben Omnivore sein kann. Aber in so weit ist es kein Einwand. Der Mensch „kann“ ja vermöge seines Verstandes auch noch viele andere Dinge: er kann die den Alten besonders verhasste Omophagie (Rohfleischesserei) und Anthropophagie (Menschenfleischesserei) üben, er „kann“ überhaupt in Verirrungen gerathen, und Verbrechen üben, die kein Thier übt, eben weil es keinen menschlichen Verstand resp. Unverstand hat.

Der „Einwand“ wird zum wirklichen Einwand erst da, wo er den Gedanken einführt,

- 1) dass der Mensch durch seinen Verstand auf Omnivorismus angewiesen sei,
- 2) dass er eben dadurch, und dadurch allein, befähigt sei, in allen Himmelsgegenden zu bestehen.

Diese beiden Gedanken sind aber **grundfalsch**.

Was den ersten betrifft, so folgt nämlich aus der Möglichkeit noch niemals die Nothwendigkeit oder auch nur Zulässigkeit. Das wäre ja gerade wie wenn ich sagte: der Mensch kann Gifte verschlucken, kann Vater und Mutter tödten u. s. w., also soll und darf er Gifte verschlucken, Vater und Mutter tödten u. s. w. Ehe man aus Liebe zu einem Wahn **solche** Schlüsse macht, sollte man sich denn doch überlegen, was man eigentlich sagt und dass darin **kein Bisschen Verstand** mehr sich zeigt.

Der zweite Gedanke, dass nur durch Fleischessen das Leben der Menschen überall, besonders in nördlichen Zonen, möglich sei, ist eben so falsch. Das Gegentheil ist unwiderleglich durch Thatsachen erwiesen, und rationell begründet. Vergleiche hierüber meine „natürliche Lebensweise“ I. Kap. 8. u. S. 74. III, Briefe an Virchow, 5. Brief.

So bleibt von dem ganzen „Einwande“ nichts Reelles übrig, als etwa der Gedanke, dass es gewissen nordischen Stämmen schwer werden möchte, die Fleischnahrung mit Fruchtnahrung zu vertauschen, weil und sofern sie letztere nicht haben. Dies geben wir zu. Aber selbst diese Schwierigkeit wäre nicht so gross, dass sie nicht überwunden werden könnte. Wozu ist der Handel da? Wenn der Pelzjäger für nothwendig erachtet wird, — wir halten ihn für entbehrlich — so brauchen die Käufer ihm doch nicht mit Schnaps zu bezahlen, der

ihn mordet, sondern sie könnten es mit Cerealien thun, die ihn nähren würden. Die Englischen Handelsstationen haben den Beweis geliefert, dass es geht. Liebig's Untersuchungen haben es bestätigt. (Siehe „natürliche Lebensweise, I, S. 74.)

Doch das sind untergeordnete Fragen. Die erste ist, auf welche Nahrung weist uns die Natur an? Es sind die Früchte. Wo der Mensch diese nicht ziehen, noch durch Handel erlangen kann, da ist sein Wohnplatz nicht. Wo er aber seine naturgemässen Lebensmittel haben kann, da ist es verwerflich, wenn er zu dem Falschen greift, und er büsst es an Gesundheit, Lebenslänge und geistiger Artung.

#### 4. Die Gesundheit.

Welch unschätzbare Gut die Gesundheit ist, pflegen wir erst recht zu erkennen, wenn sie uns verloren ging.

Aber auch der Gesunde könnte es unschwer sich zu Gemüth führen, zumal wenn er erwägen wollte, wie sehr von der körperlichen Gesundheit auch die des Gemüthes und Geistes bedingt wird, wie sehr von ihr die ökonomische Wohlfahrt und das Wohl ganzer Familien abhängt, ja folgeweise das Wohl des Staates und Vaterlandes.

Es ist also natürlich, dass die Rücksicht auf die Gesundheit Viele zur natürlichen Lebensweise bestimmt. Und das mit Recht. Denn die Erfahrung lehrt, dass sie **allein** die gesunde Norm des menschlichen Lebens darstellt, und mit dem gesunden Körper eine Vor-

bedingung der gesunden Seele und des gesunden Geistes giebt.

Wenn unser körperlicher Organismus, wie wir gesehen, auf die „natürliche Lebensweise“ uns anweist, so ist von vornherein anzunehmen, dass diese auch die für ihn gesunde ist. Aber die Erfahrung bestätigt es auch, wohin wir blicken. Menschen und Völker, die wenigstens annähernd unserer Diät folgen, sind gesünder und längerlebend als jene, die sich davon weit entfernen. Die Aerzte, wenn sie schwere Kranke haben, verordnen eine Diät, welche der unseren sehr nahe kommt: das Beste, was sie thun können! Wir selbst machen die besten Erfahrungen. Namentlich sind es die zahlreichen Leiden, welche aus Verderbniss des Blutes, aus Störung der Verdauung und aus leichter Erkältbarkeit fliessen, welche bei natürlicher Lebensweise sich verlieren, oder denen beziehungsweise dadurch vorgebeugt wird. Die Reinheit der Säfte, die Mässigkeit, die Abhärtung der Haut und gesunde Verdauung sind Hauptursachen dieser erfreulichen Erscheinung. Ihre Wirkungen reichen aber tief in Seele und Geist hinein. Wie der Körper leicht, ausdauernd, voll Kraft und Wohlgefühl wird, so wird das Gemüth heiter, der Geist scharf, der Wille stärker, weil er weniger gehemmt ist, und leichter geübt wird. Der Mensch gelangt so leichter zu einer vollkommenen und fröhlichen Herrschaft über sich selbst.

Freilich darf man von der natürlichen Lebensweise keine Wunder im alten Sinne erwarten. Sie ertheilt

keinen Ablass. Was unheilbar zerstört ist, bleibt es. Aber was heilbar ist, heilt die natürliche Lebensweise von selbst, und die chirurgische Wissenschaft und Kunst hilft dabei, wo es am Platz ist. Was aber Alle angeht: sie beugt am besten den tausendfachen Krankheiten vor, nicht nur etwa, indem wir keine Finnen, Trichinen und jene Würmer, die im Rindfleisch vorkommen, (Cysticercus Taeniae mediocanellatae, wie sie von Dr. Knoch im Bulletin der Petersburger Akademie der Wissenschaften genannt wurden,) uns nicht mehr anessen, sondern indem wir die Säfte und Organe unverdorben lassen; ja — sie conservirt am besten die edlen Kräfte der Natur zu langem, schönem Menschenleben!

Diese Gesundheit wirkenden Eigenschaften unserer (richtig angefangenen und folgerichtig durchgeführten) Lebensweise sind so wunderbar mannigfaltig, und so über alle Zweifel erhaben, dass vielleicht die meisten unserer Freunde sich zuerst durch dieses Motiv bestimmen liessen.

Zuerst! Das lassen wir gelten. Viel Wege führen zu unserem Tempel. Aber wir würden bedauern, wenn Jemand die Sache nur als „Kur“ versuchen wollte.

Alte Uebel und Sünden wurzeln gewöhnlich sehr tief, weichen schwer, oft gar nicht. Nun braucht Jemand unsere Diät als „Kur“ einige Tage, allenfalls Wochen, vielleicht nicht mal richtig; sein Leiden weicht nicht und er wirft die natürliche Diät, das Einzige, was ihm frommt, weg wie eine

Arzenei. Ja selbst, wenn er sein Leiden los ist: — war die Diät nur „Kur“ — so stellt man dann die „Kur“ beiseite, bis man sie allenfalls wieder braucht, und inzwischen geht man hin und — macht sich durch unnatürliches Leben von Neuem krank. Solche schwache Seelen sind noch fern vom „Reiche Gottes“. Die natürliche Lebensweise wirkt freilich Gesundheit, aber sie ist keine Kur für Kranke nur, **sie ist die Lebensnorm für Kranke und Gesunde ohne Ausnahme**, und wer besonders schwer leidend ist, brauche besondere Vorsicht und hole besondern Rath ein vom naturheilkundigen Arzt.

Freilich hat man es auch bestreiten wollen, dass unsere Lebensweise gesundheitbringend sei. Die Bestreitung beschränkt sich indess gewöhnlich auf Verdächtigungen, oder die Behauptung, dass unsere Nährweise keine zureichende Kraft gebe, für Stubensitzer allenfalls, aber nicht für „Arbeiter“ u. s. w. tauglich. Wenn dergleichen vom gewöhnlichen Manne geschieht, mag es verzeihlich sein; er steht unter der Wucht allgemeiner Vorurtheile. Wenn es aber von intelligenten Leuten geschieht, ja von solchen, die mit dem Berufe der Heilkunde auch die vorbeugende Sorge für Menschenwohl sich erwählt haben, so ist es nicht verzeihlich. Die Thatsachen, durch welche sie widerlegt werden, sind kündlich gross. Siehe meine „natürl. Lebensweise I. Kap. 19. Jene brauchten, wenn sie noch zweifeln könnten, ja nur die Selbstbeherrschung zu be-

sitzen, um einmal die Sache, bei der sie Nichts gefährden, an sich selbst consequent zu erproben, so würde ihnen der Glaube ja in die Hände kommen!

Der Professor Dr. med. Trall hat als Arzt die Gegner öffentlich herausgefordert, sein auf der natürlichen Lebensweise ruhendes Heilsystem zu widerlegen; man hat es nicht gekonnt! Ich habe als Laie die Aerzte öffentlich gebeten uns zu belehren, worin und warum unsere natürliche Lebensweise gesundheitswidrig sein soll: eine Autorität, Rudolf Virchow hat öffentlich geantwortet, — jedermann kann lesen und verstehen, was er schrieb —; man lese und sage uns dann, ob er uns in der einen Hälfte nicht Recht und in der andern Hälfte ebenfalls „nicht Unrecht“ giebt. Vergleiche meine „Briefe an Virchow,“ natürl. Lebensweise 3. Heft.

Wir hier reden indess als Laien, die ihre eigene Haut zu Markte tragen, falls sie Unrecht haben. Unser Beispiel, unser Erfolg an uns selbst ist die Instanz, an welche wir appelliren zu Nutz Aller, die ihre eigene Gesundheit lieb haben.

Dabei ist zu bedenken, wie viel grösser die heilbringenden Wirkungen sein würden, wenn wir von je her, wenn unsere Vorfahren schon der natürlichen Lebensweise gefolgt wären. Wir werfen keinen Stein auf sie. Joh. 15, 22. Wir würden uns damit nur selbst verurtheilen. Aber wir können nicht mehr wider die Wahrheit, nachdem wir sie erkennen gelernt. Wenn wir schwiegen „würden die Steine schreien.“ Rechts und links an unserem

Lebenswege sahen wir so viele Unglückliche schon frühe vollenden an so vielen selbstverschuldeten Leiden! Wir selbst litten hart mit und büssten es schwer. Da wir nun den besseren Weg kennen, warum sollten wir ihn nicht Jedermann zeigen? Wir zwingen ja Niemanden. Es hat ja jeder Mündige Verstand um zu wählen den Weg, der — unter sonst gleichen Umständen — zu Gesundheit und langem Leben, oder den, der zu Siechthum und frühem Tode führen wird. (Forts. folgt.)

### Mitgliedschaft.

In No. 2 waren 154 Mitglieder aufgeführt (nicht 153) und sind weiter beigetreten: Adolf Phildius, Beamter der Versicherungs-Ges. Moguntia in Mainz. Theod. Poppe's in Artern vier Kinder. Arbeiter Spielberg in Voigtstedt bei Artern. Naturarzt G. Wolbold in Dresden. Franz Hecker in Ehrenfeld bei Cöln a/Rh. Frau Meyer u. Marie Loesch nebst deren 4 Zöglingen, Kindern des Rechts-Consul. Heinr. Jacoby, Pernau, Livland. Naturarzt Faller in Waldshut, Baden. Alfred Eckardt, Freiburg im Breisgau. Frau Caroline Teichmüller, Nordhausen. Bernh. Martin Giese, Litterat in Münster. Gemeindeschreiber Neumann in Conradswaldau, bei Saa-rau, Reg.-Bez. Breslau. Advocat Dr. Isenhorst, Heidelberg. C.J. Schulze, Chemiker, Pesth. Leopold Liepman-sonn, Beamter der Creditanstalt in Stockholm. G. Fischer nebst Frau, Wilhelmine und Schwester Luise in Guebwiller, Elsass. Lehrer C. Schätzel mit Frau und drei Kindern in Zug, Schweiz. Julius Zuppinger nebst Frau, drei Kindern und einer Pflge-tochter in Baden, Schweiz. Dr. Emanuel Kapper, pract. Arzt in Prag, Obstgasse 761/2 und Marcus Kapper, Posamentier in Prag, Bruder des Erste-

ren. J. M. Kuhn, Arzt in Seon in der Schweiz (siehe Litterarisches). Leop. Winter, Fianz-Beamter a. D. in Bochnia, Galizien. G. Dock, Professor au Collège de Guebwiller, Dep. du Haut Rhin, France — und dessen Tochter. J. Lazare Bucher, ebenda. Moritz, Fabrikarbeiter, Brandenburg a/H. Fischerstr. August Kruhl, Weissgerber in Parchwitz, Schlesien. Alois Mollath, Kommis, Wiesbaden. Stefan Dörr, Ledergalanteriearbeiter, Wien, Josephstadt, lange Gasse 42. Emil Roemer, Chemnitz. Zus. 202.

### Vereinigung!

„Ich konnte, sagt unser Mitglied Herr S. in Z., anfangs das Gute, das ein so zerstreutes Vereinsleben haben sollte, nicht recht einschen. Heute aber, da mir bereits No. 2 Ihres „Vereinsblattes“ vorliegt, sehe ich schon die schönsten Früchte Ihrer Bestrebungen reifen und (meldet sich zum Verein). „Die naturgemässe Lebensweise führe ich schon 8 Jahre und verdanke ihr mein schönstes Familien- und Lebensglück.“ Von Freunden der natürlichen Lebensweise in Wien geht mir die Nachricht zu, dass es in Oesterreich Beamten leider nicht gestattet sei, solchem Vereine beizutreten! Wie klein! Die Freunde unserer Sache, die in solchem Falle sind, pflegen sich als Abonnenten unseres Vereinsblattes zu melden.

### Stimme aus England.

Alte Vegetarianer werden sich noch der Zeiten erinnern, in denen man gegen Gewohnheits-Eigenthümlichkeiten viel unduldsamer war als jetzt. Früher sah man noch weit scheeler auf die Vegetarianer als gegenwärtig, und wer es wagte, sich von den Gebräuchen und Ansichten Anderer zu entfernen, musste sich deshalb vertheidigen.

Mit dem Fortschreiten der Welt an Erkenntniss und Freiheit der Handlung ist dieser unduldsame Geist mit vielen andern Gebrechen der Vergangenheit

fast verschwunden, und wer heute die vegetarianische Frage prüft, findet die Gründe und die Kraft der Beweise doch weit haltbarer, als er vorher geglaubt hatte. Es ist jedoch interessant zu beobachten, dass ungeachtet des Meinungswechsels und des Gewichts der Beweise der herrschende Geist der vegetarianischen Vertheidigung wohlwollend bleibt und Andere eher auf die Nachteile ihrer Lebensweise aufmerksam zu machen, als die Gebräuche der Welt als selbstgewollte Uebelstände zu schmähen sucht. Das spricht für die Sittlichkeit des Systems.

Von den Feuergeistern der vegetarianischen Bewegung mag zuweilen gefragt werden, ob das Lehren ihrer Grundsätze nicht von kräftigeren Massregeln zur Ueberzeugung Anderer begleitet sein sollte, ob nicht bei der Vertheidigung vegetarianischer Grundsätze zu viel Milde obwalte. Wir glauben jedoch, dass Schlüsse dieser Art fehlerhaft sind und bei sorgfältiger Beobachtung der gesellschaftlichen Gebräuche sich als nicht stichhaltig erweisen, und dass eine andere Vertheidigung als die der grössten Toleranz und des Vertrauens auf die guten Absichten der Menschen von Niemand angenommen werden kann, der von dem Geiste des vegetarianischen Systems erfüllt ist und seine wohlwollenden Zwecke völlig begreift.

Es ist sehr wahr, dass in den verschiedenen Phasen der Geschichte, selbst bei den civilisirtesten Nationen, ganz eigenthümliche Gewohnheiten bestanden haben, deren vernünftige Begründung durchaus unzulässig erscheint. Aber doch sehen wir, dass gleichlaufende Sitten und Gebräuche selbst hier ihre Wirkung auf solche Gewohnheiten geübt haben, und ausgehend von der Ueberzeugung, dass die Menschen in der Hauptsache ihre Lebensweise mit dem, was sie für das Beste halten in Einklang zu bringen suchen, haben wir alle Ursache gegen Diejenigen, welche an die Richtigkeit des gemischten

Diätsystems trotz seiner Unwahrheit glauben, schonend vorzugehen, und zwar um so mehr, als die grosse Mehrheit niemals Gelegenheit hatte, die Verdienste einer andern Lebensweise kennen zu lernen.

Wir haben deshalb kein Vertrauen zu versuchen, vegetarianische Ansichten auf beleidigende Weise an den Mann zu bringen, wohl aber halten wir die Milde, welche die öffentlichen und privaten Anstrengungen der Vegetarianer gewöhnlich kennzeichnen, für entschieden gleichbedeutend mit dem Fortschritt der Bewegung und für einen wesentlichen Punkt der Vertheidigung, wie sie allein mit ihrem Geiste und ihren Zwecken verträglich ist. So weit wir übrigens im Stande sind, die Ergebnisse des kampfbereiteren und angreifenderen Verfahrens gegen den Fleischgenuss mit denen eines milderen, keine Feindschaft erregenden Vorgehens zu vergleichen, halten wir uns für überzeugt, dass der kürzeste und erfolgreichste Weg, eine Bekehrung von den herrschenden Diäts-Gewohnheiten zu veranlassen, darin besteht, die Beobachtung und das Nachdenken Derer, welche auf eine Prüfung der Frage einzugehen wünschen, auf die Unverträglichkeit der menschlichen Bestimmung mit den mit seiner Lebensweise verbundenen Grausamkeiten hinzulenken. Will man auf angreifendere Weise die Aufmerksamkeit dem vegetarianischen System zuzuwenden suchen, so wird man weit eher auf Widerstand als auf die Geneigtheit stossen, prüfend in die Sache einzugehen.

(Mitgetheilt von E. W.) Veget. Mess.

### Hat die Akademie gesprochen?

Im Verlag der kgl. Akademie zu München ist ein Vortrag erschienen, welchen Prof. Carl Voit in der öffentlichen Sitzung derselben zur Feier ihres 109. Stiftungstages über die Theorien der Ernährung der thierischen Organismen gehalten hat.

Es kann nicht der geringste Zweifel sein, dass der bekannte Festredner im guten Glauben handelt, und zwar nach dem von ihm an die Spitze gestellten Grundsatz: „wir ringen schliesslich ohne Unterschied nach Ausbreitung der Kenntnisse zur Veredlung und Vervollkommnung des Menschengeschlechtes.“ Derselbe mag auch als Fachmann unbestreitbare Verdienste haben. Er setzt als solcher — und das ist der Hauptinhalt der Schrift — auseinander, welche chemische Vorgänge es seien, die es nothwendig machen sollen, dass wir immer mehr Fleischkost an die Stelle der Pflanzenkost setzen müssten, wenn wir nicht den Geist und die Lebenskraft verlieren wollten! Er will in dieser Richtung die billigste Weise zeigen, grosse Massen Menschen in Gefängnissen, in Armenhäusern, im Felde u. s. w. gut zu erhalten. Er ruft die Staatsregierungen auf, in diesem Sinne das Volk unterrichten zu lassen und Alles zu thun, was in ihrer Macht steht. Ja er ist erfüllt von der Ahnung, dass die heutige Welt einer verhängnissvollen Katastrophe entgegeneilt, und will dies Ungeheuer, die soziale Revolution, mit der in seinem Sinne potenzierten und raffinierten Sarcophagie beschwören!

Wir aber fragen erstaunt, wie ist es möglich, dass ein Mann solcher Art zu solchen Ergebnissen kommt? Und seine Schrift selbst giebt uns Antwort.

Es ist, wenn wir es mit Einem Wort und so mild als möglich ausdrücken, die Einseitigkeit der Wissenschaft als einzelner Fachwissenschaft.

Voit hat zur Lösung der Frage über die beste Ernährungsweise der Menschheit einen einzigen Gesichtspunkt, den chemischen nämlich.

Da nun die Chemie eine sehr neue Wissenschaft ist, so folgt zunächst, dass er, der doch die Geschichte der Entwicklung unserer Frage geben will, trotz einiger Citate der Alten, nicht die Spur sagt über die

(nichtchemischen) Theorien der Alten (vergleiche unser heutiges Motto), obwohl eine reiche Litteratur davon handelt; ja er ignorirt vollständig alle andern Gesichtspunkte, namentlich den anatomischen, physiologischen und moralischen, obwohl diese alle von berühmten Männern der alten und auch der neuern Wissenschaft vertreten sind. Für den Chemiker ist das Alles nicht in der Welt, obwohl er zugleich Historiker sein will!

Ist er denn aber auch als Chemiker seiner Sache absolut gewiss? Er selbst stellt uns sehr lehrreich dar, wie bisher eine chemische Theorie bezüglich der Ernährung die andere überboten hat, bis auf die neueste des Herrn Voit selbst, welche sich durch Unterscheidung des „Organ-Eiweiss“ vom „Vorrath-Eiweiss“ charakterisirt. Uns Laien in der Chemie muss das schon bedenklich machen; denn wer hätte den Schaden gehabt, wenn wir den bisherigen falschen chemischen Theorien gefolgt wären?? Ist denn aber diese neueste Theorie gewiss? Wenn wir erwägen, dass Herr Voit dabei z. B. mit den Kohlehydraten wie mit vollkommen bekannten Grössen rechnet, so müssen wir das verneinen, denn diese selbst sind noch leidlich unbekannt! Goup-Besanez zum Beispiel sagt in seiner „organischen Chemie“ S. 592 von ihnen: „Ihre chemische Constitution ist noch nicht genügend erforscht, um sie in das System einreihen zu können; ihre Radicale sind unbekannt“; von den Pectinstoffen aber sagt er S. 616 dass sie „nur sehr unvollkommen und unbefriedigend gekannt sind.“

Wenn nun Herr Voit mit so ungenau bekannten Grössen zu rechnen gezwungen ist, wer bürgt uns, dass sein Exempel richtiger ist, als das seiner Vorgänger?? Giebt er sich dann nicht selbst den besten Rath, wenn er pag. 3 sagt: „nicht jede Frucht unserer Thätigkeit ist geeignet, sofort das allgemeine Interesse zu erwecken; das Meiste will während langer Zeit in

den engen Fachkreisen bis zu dem Punkte gereift sein, wo der Zusammenhang mit andern Bestrebungen sichtbar wird und eine weitere Verwerthung möglich ist.“ Und wenn nun dieser „Zusammenhang“ z. B. mit den physiologischen und anatomischen Erkenntnissen in vorliegender Beziehung bei Herrn Voit vollkommen fehlt, — wie kommt er dennoch pag. 36 dazu, den Staat aufzurufen, mit Allem „was in seiner Macht steht“ uns unsere Kinder schon in den Schulen vor Allem zu Fleischessern zu erziehen?? Nun, da darf man wohl fragen, hat in Herrn Voit die Münchener Akademie gesprochen? und wenn das der Fall sein sollte, erwartet sie in der heutigen Welt mit solchem Orakel mehr Glauben zu finden als Rom?

Wann wird es Männern wie Voit, Bischoff, Pettenkofer, Liebig u. A. gefallen, die Thatsachen zu prüfen, welche die Geschichte, und die Gründe, welche ihnen die Wissenschaft entgegenstellt? In Bezug auf diese sind sie eine Art Trappisten und nur Herr Virchow hat zur Zeit eine Ausnahme zu machen begonnen. Warum widerlegen sie einen Graham oder Trall nicht direct? Was fangen sie mit uns an, die wir ihnen lebende Zeugen von Wahrheit und Heil des Gegentheils ihrer Irrlehren sind? Was sagt die Akademie dazu, dass man Pythagoras und Aristoteles, Plutarch und Porphyry, und hundert andere Zeugen der natürlichen Lebensweise ungehört in academischen Lobreden der Sarcophagie und schweigend begraben darf? Und das Ungeheuer der sozialen Revolution, diese Sphinx, die an der Menschheit Wege lauert, soll sich vor solchen akademischen Doctrinen in's Meer stürzen? Vielleicht dadurch, dass man, wie schon A. von Humboldt gelehrt, bei der Sarcophagie mindestens zehnmal mehr Land bedarf ein Volk zu ernähren, als bei der natürlichen Lebensweise? Und die Wissenschaft schlechthin meint Herr Voit zu repräsentiren? Dürfen wir ihn

nicht daran erinnern, dass alle Wissenschaft aus der Erfahrung erwächst und dass die Erfahrung in vorliegender Beziehung durch Jahrtausende und bei Millionen Individuen die Thatsache gesunden, kräftigen, vollentwickelten Menschenlebens ausserhalb der Sarcophagie constatirt, welche nicht durch Theorien umgestossen wird, und, von der modernen Wissenschaft und deren Vertretern ignorirt, nicht ungeprüft und unerklärt bleiben dürfte?

Wir zürnen Herrn Voit nicht, dass er die natürliche Lebensweise S. 34 ein „verdammungswerthes Vorurtheil“ nennt, — seine ganze Schrift beweist, dass er sie gar nicht kennt, und wäre sehr zu wünschen, dass er sich diese Kenntniss verschaffe und nicht unser System mit diätetischen Verkehrtheiten verwechselt, Verkehrtheiten, welche bei ganz Unkundigen freilich selbst innerhalb desselben vorkommen können. Aber wir müssen Verwahrung einlegen, wo man namens der Wissenschaft den Staat aufruft, uns unsere Kinder zu dem zu erziehen, was wir für ihr Verderben halten, so lange Herr Voit uns das Gegenheil zu beweisen ausser Stande sein wird. Vielleicht gefällt es ihm, China, Mocca und Havanna noch ein wenig mehr als bisher in Anspruch zu nehmen um unserer Bitte, uns eines bessern zu belehren, gerecht zu werden, denn er sagt ja (S. 34) „Wir sind genöthigt sogenannte Genussmittel, wie Kaffee, Thee, Taback zu uns zu nehmen, um das Gehirn und die Nerven in die Disposition zu versetzen, den erhöhten Zumuthungen bereitwilliger Folge zu leisten!“ „Wir?“, die Akademiker?

E. B.

### Felix von Niemeyer,

Professor in Tübingen, sagt im ersten Bande seiner berühmten Pathologie und Therapie (7. Aufl. Berl. 1868.) p. 243. „In Betreff der Häufigkeit der Lungenschwindsucht nimmt man an, dass etwa  $\frac{1}{7}$  bis  $\frac{1}{5}$  aller Todesfälle durch

die Lungenschwindsucht bedingt sind, und dass fast in der Hälfte aller Leichen die der Lungenschwindsucht zu Grunde liegenden Ernährungsstörungen oder die Residuen derselben in der Lunge gefunden werden.“ — Das heisst also mit andern Worten: die Hälfte aller Menschen sind Schwindsuchts-Candidaten, sie leiden an den Ernährungsstörungen, die der Lungenschwindsucht zu Grunde liegen! Da muss es doch traurig bestellt sein mit der Ernährung der civilisirten Menschheit und Nichts erscheint dringender geboten, als hier zu reformiren. Und diese Reform kann nur durch die natürliche Diät (ohne Fleisch, Spirituosen und Reizmittel) kommen — alles dem Widersprechende macht das Uebel nur schlimmer. — Ferner sagt Niemeyer: „die früheren Angaben über das häufige Vorkommen der Schwindsucht in kaltem, das seltene Vorkommen in warmem Klima haben sich nicht bestätigt.“ Also das Klima thut es nicht, sondern nur die Ernährung, — die falsche Ernährung macht die Hälfte der jetzigen Menschen zu Schwindsuchts-Candidaten!

(A. v. S.)

### Wichtige Thatsachen.

(An den Herausgeber des Vegetarian Advocate.)

Werther Herr! Ich finde in Ihrem Blatte eine interessante und wichtige Frage ventilirt, und möchte Ihnen darum auch kurz meine und die Erfahrung meiner Familie mittheilen, die wir uns seit achtzehn Monaten des Thierfleisches enthalten.

1. Ich fühle mich nach einem Spaziergange oder einer sonstigen Anstrengung weit weniger ermüdet, als bei meiner früheren Lebensweise.

2. Als Fleischesser wog ich etwa 14 Stein. Nach meiner Enthaltensamkeit sank mein Gewicht innerhalb 8

Monaten auf 10 Stein; gegenwärtig habe ich wieder  $1\frac{1}{2}$  Stein gewonnen und scheine dabei stehen bleiben zu wollen. Die Muskeln meines Beines sind eben so gross und mein Arm weit stärker, als zur Zeit meines grössten Gewichts. Ich bin auch im Stande, unmittelbar nach meinen Mahlzeiten zum Geschäft zurückzukehren, während ich als Fleischesser eine Stunde nach dem Mittagessen ruhen musste.

3. Ich lebe in einem Theile Londons, wo das Fieber sehr einheimisch ist, aber weder ich noch meine Familie werden davon befallen.

4. Im Herbste haben wir alle sehr viel Obst gegessen, sind aber niemals durch Unterleibsleiden beunruhigt worden.

5. Während des epidemischen Katarh's wurden alle meine fleisshessenden Verwandten mehr oder weniger von der Epidemie befallen, während ich und meine Familie auch nicht das geringste Symptom davon empfanden. Meine Frau ist immer rothwangig und kräftig gewesen und ist es bis auf diesen Augenblick.

6. Meine Frau hat ein 8 Monate altes Kind an der Brust, welches ausser der Muttermilch nichts weiter als gelegentlich etwas weiches Obst erhält. Sie verrichtet gewissenhaft alle Pflichten, welche einer Mutter von 6 Kindern auferliegen.

7 u. 8. Ich war von Kindheit auf Verdauungsleiden unterworfen und habe mich unter allopathischer, homöopathischer und hydropathischer Behandlung befunden, ohne wesentliche oder bleibende Erleichterung zu erfahren. Ich war seit Jahren Mässigkeitfreund und befolgte genau die mir von den Aerzten vorgeschriebene Lebensweise. Erst seitdem ich Vegetarianer geworden, sind alle meine Symptome bedeutend

gemildert und einige gänzlich verschwunden — z. B. die Blähung.

Ihr

A. W. Evans.

12, George Row, Bermondsey.  
(Mitgetheilt von E. W.)

### Obsthäuser.

„Brod und Früchte“ ist unsere Loosung. Graham-Brod und reife Früchte, wie sie in unserer Zone reichlich gedeihen, sind unsere besten und wohl-schmeckendsten Nahrungsmittel. Die Früchte, wir meinen das Obst, ist die angenehme Zukost, und man sagt uns oft, dass das nicht immer zu haben, zu theuer sei u. s. w., das ist aber irrig. Schon jetzt ist gutes Obst, das zu den Cerealien als Zukost an Stelle alles dessen tritt, was die unnatürliche Diät sonst noch liebt, in der Regel viel billiger als das, was man statt dessen consumirt. Es würde allerdings noch um Vieles billiger sein können, wenn man den Obsthau so kultivirte, wie er es verdient. Das Grossherzogthum Baden allein z. B. baute 1866 auf 30,234 Morgen Landes  $\frac{1}{4}$  Mill Ctr. Tabak. Wie viel Obst hätte es dafür bauen, wie viel daran „verdienen“ können, und zwar nicht auf Kosten, sondern zu Gunsten der Gesundheit und der Volkswohlfahrt! „Ja, sagt man, wenn so viel mehr Obst gebaut wird, dann wird es desto billiger, und ist dann eben nichts dran zu verdienen, zumal es meistens schnell verdirbt.“ Der Einwurf ist aber nur halb wahr, denn mit der Production steigt der Verbrauch und also auch der Preis, und dann, können wir das Obst nicht in manichfacher Art, frisch, getrocknet, eingemacht, in Müssform u. s. w. aufbewahren? Frisch ist freilich am besten. Nun, müssen wir Deutsche denn immer erst durch fremde Leute klug werden? Warum bauen wir denn keine Fruchthäuser?

Ja Fruchthäuser! Eiskeller über Eiskeller bauen wir, um immer mehr Lagerbier-Meere zu schaffen, in denen wir



uns ersäufen können, wer aber baut uns ein Obsthause? Wie aller neue Firlefanz bisher von Paris, so kommt nach gerade alles neue Practische -- von Amerika.

In Boston steht ein solches Haus, ca. 40 Fuss lang und 60 breit und 20 Fuss hoch mit Eisenplatten beschlagen, der „Massachusetts Fruit Preserving Company“ gehörig. Die Gesellschaft arbeitet nach einem Patent mit 200,000 Dollar Capital. „Früchte sind oft im Herbst in Masse billig zu kaufen u. Familien, die überhaupt Früchte ankaufen oder selbst ziehen, werden gern ein kleines Opfer mehr bringen, um diese gesunde und schmackhafte Nahrung sich das ganze Jahr hindurch dauernd zu sichern. Für einen Thlr. pro Scheffel übernimmt die Gesellschaft die Aufbewahrung und Conservirung der anvertrauten Güter durch ein volles Jahr.“

Das Haus ist in viele von der Aussenluft abgeschlossene Kammern getheilt. Chlorkalk am Boden saugt alle Feuchtigkeit auf. Die Temperatur ist constant circa + 1° R., die Luft sehr rein, nur Obst in je einem Raume, der Geruch nichts als angenehmer Obstduft. Die Früchte stehen offen auf Gestellen, oder in verschlossenen mit Luftlöchern versehenen Kisten. Ueber den Kammern liegt eine 6 Fuss dicke Schicht Eis. Kein Tageslicht dringt ein. Keine Spur von Schimmel u. dergl. Das Eindringen der Feuchtigkeit aus dem Boden ist durch eine 1/2 Zoll dicke Isolirschiicht aus Pech und Theer verhütet, die Wände mit Cement verdichtet und doppelt, der Zwischenraum mit schlechten Wärmeleitern (Spren, Späne etc) ausgefüllt; ein Vorraum und möglichst dicht schliessende sorgfältig gearbeitete Doppelthüren bilden den Eingang. „Das Princip, nach welchem das Haus construiert ist, nimmt folgende Bedingungen an: Kälte, Trockenheit und Reinheit der Luft, Abschluss von Licht, unverändert gleiche Luft, Aus-

schluss von Sauerstoff und Erzeugung einer Atmosphäre, die der Frucht völlig indifferent ist. Während Salzlaken Alcohol, Oel, Zucker, die organischen Substanzen conserviren, aber dabei ihre Natur verändern, soll diese Methode die Früchte genau in demselben Zustande erhalten, in welchem sie eingebracht werden.“ Eier und Butter, die sehr leicht fremden Geschmack annehmen, müssen wie Anderes auch, in besondern Kammern aufbewahrt werden. Erdbeeren halten sich 4—6 Wochen.

Solche Eishäuser zur Obstconservirung bestehen in Cleveland, Newport, Buffalo, Covington, Detroit, Pittsburg u. a. Sie machen gute Geschäfte.

Die Kosten für ein kleines Eishaus mit einer Kammer von 15 Fuss im Geviert und 8 Fuss hoch, 22 Fuss Aussen-seite, 500 Scheffel Früchte fassend, betragen dort ca 800 Dollar, ein kleineres, 10 Fuss Kammerweite 450 D. Gesamtkosten und fasst 250 Buschel. Grosshäuser kosten ca. 1 Doll. pr. Schffl. Fassung.

Bei den grösseren Häusern „speculirt man“ in Obst. Im März (wenn die Häuser sich bereits leeren) kommen die Citronen an. 10,000 Kisten kosten da in Boston ca. à 3 1/2 = 35,000 Doll. im Juli, August sind sie für ca. 70,000 verkäuflich! Aehnlich Orangen, Ananas, Trauben u. s. w. Im Süden werden die Eismaschinen des Hrn. Kropff in Nordhausen das unentbehrliche Eis dazu liefern. Sie gehen z. B. nach Brasilien — wann aber kommen die „Fruchthäuser“ zu uns?

Näheres theilt Dr. H. Hagen in der „Königsb Hartung Ztg.“ mit, zu lesen auch in der Berliner „Zukunft“ 1868 No. 322 u. 24. Der Obstbau hat eine grosse Zukunft, und die heutigen Verkehrsmittel gestatten, die Früchte desselben weit nach Norden auszubreiten. — **E. B.**

#### Obstkraut.

Die Herren ter Meer & Weymar in Klein-Heubach am Main liefern ein aus

Birnen, Zwetschen (Pflaumen), Aepfeln, Trauben, bereitetes Gelée oder sogenanntes „Rheinisches Obstkraut“, das im „Naturarzt“ No. 14 empfohlen wird. In Belgien und am Rhein soll es sehr üblich sein als Ersatz der Butter zum Brod und zu Saucen. Bei geeigneter Aufbewahrung soll es sich jahrelang halten und da es rein aus Obst, ohne Zusätze, hergestellt wird, ersetzt es dasselbe einigermassen in Zeiten, wo dieses frisch nicht gut zu haben ist, so lange wir noch keine amerikanischen „Obsthäuser“ bauen. Die vier Sorten werden in steinernen Kruken von 1 1/2 bis 11 Pfund und in Fässern von 50, 100 und 200 Pfund Inhalt versendet. Man lässt sich am besten eine kleine Kruke kommen, um sich zu überzeugen und bestellt dann nach Bedarf im Fass. Die Preise (je nach den Sorten, 12—16 Xr. à Pfd, im Fass natürlich billiger als in der Kruke) erscheinen bei der concentrirten Form billig. **E. B.**

#### Hefe.

In seiner Schrift „über die Kanalisation von Berlin, 1868,“ sagt Rud. Virchow: „Im Laufe der letzten Zeit hat sich die Meinung immer mehr verbreitet, dass die Keime der meisten epidemischen Krankheiten und daher auch die der Gesundheit schädlichen Stoffe weniger die eigentlichen Zersetzungsproducte als vielmehr die Zersetzungs-Erreger (Fermente) seien. Man hat bei immer mehr Krankheiten mikroskopische Pilze nachgewiesen, von welchen man annimmt, dass sie sowohl die Zersetzung der Stoffe, als auch die Erkrankung des menschlichen Körpers bedingen. Die Zersetzung würde nach dieser Auffassung also nur die Bedeutung haben, einen günstigen Boden für die Entwicklung und das Wachstum jener kleinen Pflänzchen zu schaffen, welche nachher in und an den menschlichen Leib gelangen und hier Krankheit und Todesgefahr bringen.“ Virchow hält nun zwar diese

Sache noch nicht für erwiesen „aber, sagt er, es lässt sich nicht leugnen, dass die Erscheinungen der Gährung (Fermentation) wie ich seit langer Zeit behauptet habe, die nächste Analogie mit denen vieler contagiösen Krankheiten darbieten, und jedes Verfahren, welches gährungswidrig und pilztödtend (oder pilzlähmend) wirkt, muss uns daher mehr geeignet scheinen, die Krankheit zu verhüten, als dasjenige, welches verdünnend wirkt.“

Wer hiermit die eingehende Abhandlung von Schleiden über die Pilze, auf Hallier's vortrefflichen Forschungen beruhend, vergleichen will, wird im Pilze einen Hauptfeind des menschlichen Lebens erkennen.

Die Hefe enthält und erzeugt mikroskopische Pilze. Das ist einer von den Gründen, weshalb unser Graham-Brod aus blossem Weizenschrot und Wasser bereitet wird. **E. B.**

#### Garibaldi's einfache Diät.

Capt. Forbes liefert in seinem „Leben und Feldzüge Garibaldi's in den beiden Sicilien“ viele Anekdoten über Garibaldi's einfache Diät. Eine Anekdote zeigt uns den eigenthümlichen doch einfachen Charakter des grössten unserer zeitgenössischen Patrioten. „Eines Tages fand er nach dem Kampfe sein Hemd schmutzig und befleckt; er zog es aus, wusch es in einem vorüberfliessenden Bach und hing es auf die Büsche; hierauf genoss er seine Mahlzeit, aus Brod, Obst und Wasser bestehend, rauchte seine Cigarre, und sass, in Gedanken versunken, scheinbar das Trocknen seines Hemdes betrachtend. So theilte er im Felde und im Bivouak die Gefahren und Entbehrungen mit dem geringsten seiner Gefährten.“

In Folgendem zollt Capt. Forbes den vegetarianischen Gewohnheiten des Generals hohe Anerkennung. Er sagt: „Trotz seiner drei und fünfzig Jahre sieht er nicht nur sehr jung

aus, sondern ist auch der thätigste Mann seiner Armee, was ich lediglich seiner frugalen Diät, bestehend in Brod, Wasser und Obst zuschreibe.“

„Die garibaldinische Armee hat sich während des Feldzuges durch Mässigkeit ausgezeichnet. Alle dachten von dem grossen und edlen Werke der Freiheit zu hoch, als dass sie ihre Zeit mit Trinken verbracht hätten.“ Bei Erwähnung dieser Thatsache meint Capt. Forbes: „Was unsere Landsleute unter den Versuchungen eines billigen Weinlandes sein würden, lässt sich unschwer errathen.“

Garibaldi's Gewohnheiten während seines kurzen Aufenthaltes in England waren eben so einfach, obwohl er beim Herzog von Sutherland logirte.

Einen grösseren Patrioten kennt die Welt nicht. Er befiehlt nicht nur der Armee, sondern ist immer selbst im stärksten Kugelregen. Niemals hat er sein Schwert für eine unrechte Sache gezogen; er focht immer nur wie unser Struve auf Seite der Freiheit. Sein Kampf gegen das letzte Bollwerk mittelalterlicher Dummheit war eines besseren Ausganges werth. **E. W.**

### Erbsenschrot.

Bochnia. Herr Winter schreibt, der Artikel über Hülsenfrüchte (S. 13 d. Bl.) habe ihm so eingeleuchtet, dass er sofort versucht, Erbsenschrotmehl zu erzeugen. Er benutzte dazu eine Handmühle „wie sie hier in Galizien jeder Landmann besitzt“, schroete die trockenen Erbsen ohne die Hülse zu trennen und kochte sie zu dickem Brei (denn Suppe hält auch Herr Winter für den erwachsenen Menschen nicht für zuträglich). „Die indifferenten Stoffe des sogenannten „grünen Oels“ haben beim Kochen nicht übler geduftet, als beim Kochen der ganzen Erbsen auch der Fall ist. Der Geschmack war aber doch etwas anders; das Leguminartige war sehr gering vertreten und selbst

dem feinen Geschmack kaum herausfindbar. Der Brei war mehr gallertartig und, wie ich als alter Liebhaber der Erbsen und wie mein Hauspersonal versichern kann, sehr zu empfehlen! Von den angeblichen blähenden Eigenschaften haben wir nichts bemerkt; gehöriges Kauen, also gute Einspeichelung und Mässigkeit begegnet ihnen völlig. Ich werde mit Bohnen und Linsen gleiche Versuche machen und darüber berichten.“ [Wird willkommen sein.]

Ich bemerke dazu, dass Herr Gerber in Tennstedt (siehe oben S. 13) uns soeben schreibt, dass er seine Fabrikanlage erweitert, um die Hülsenfruchtmehle mit noch vollkommeneren Maschinen herzustellen. Diese Mehle sind mit 6 Thlr. pr. Ctr. von dort zu beziehen. Im Gegensatz zu Obigem scheidet Herr Gerber aber die Hülse aus, denn „ein geniessbares Schrot lasse sich aus Hülsenfrucht nicht bereiten“! Die Herstellung des Kartoffelmehls erfordere sehr kostbare Apparate und könne nur bei Frostwetter erfolgen. Zum Genuss der Hülsenfruchtmehle empfiehlt derselbe einen kleinen Zusatz von Weizenmehl, das mit Butter gelb geröstet sein möge. — **E. B.**

### An G in M.

Was ich an Deiner Stelle thäte, um Grahambrod zu erhalten? Nun, ich kaufe Weizen, lese und wasche und schrote ihn auf einer Handmühle (ich hatte erst eine für 2 Thlr., jetzt eine bessere für 5 Thlr.), meine Frau bereitet abends 10 Uhr den Teig, mit kaltem Wasser tüchtig durchgearbeitet, früh 6 Uhr wird er zum Bäcker geschickt, der ihn wie anderes Brod bäckt. (Oder früh 5 Uhr mit warmem Wasser angemacht und um 8 Uhr gebacken.) Dies reine Grahambrod ist uns nie missrathen, ist absolut rein und unverfälscht. Wenn die Herren Bäcker durchaus nicht ohne Hefen etc. backen wollen, so müssen wir uns selbst helfen. Es geht vortrefflich. — Ob im Fleische Gift

sei? In No. 2 d. Bl. No. 6 hätte ich allerdings statt „Kap. 10“ meiner „natürlichen Lebensweise Kap. 13. citiren sollen (S. 51). Freilich ist für uns in allem Fleische Gift: Kreatin und Kreatinin. Siehe z. B. v. Gorup-Besanez, Lehrbuch der organischen Chemie, 2 ad S. 725 f., wo es wissenschaftlich beschrieben ist. Hinsichtlich seines Vorkommens heisst es daselbst: „Das Kreatin ist ein wesentlicher Bestandtheil der gestreiften und glatten Muskelfaser aller (!) höhern Thierklassen, und es ist ausserdem im Harn, im Gehirn, im Blute, und in der Amniosflüssigkeit aufgefunden.“ „Das Kreatinin ist ein Bestandtheil der Muskeln, des Blutes, des Harns des Menschen, des Hundes, Pferdes und der Kälber. Es entsteht ferner bei der Behandlung des Kreatins mit Säuren.“ Nun lies dazu in Dr. Klencke's „Verfälschung der Nahrungsmittel“ nach, wie z. B. die pikanten Kalbsnieren niemals ganz vom Urin gereinigt werden können — so vermute ich, wird Dir der Appetit wohl vergehen, zumal Du selbst sagst, dass Du in ethischer und sozialer Beziehung von der Verwerflichkeit des Fleischessens überzeugt seiest und nur in chemischer Beziehung Dir Zweifel geblieben. Uebrigens würden erstere Gründe hinreichen. Die Alten wussten noch Nichts von Kreatin und Kreatinin; deren Wirkungen spürten sie aber so gut wie wir. — Kakao? Ei nun, darin ist Theobromin, siehe Gorup Besanez S. 728, ein Gift. Entgiften lassen sich aber diese Genussmittel (Caffee, Thee, Tabak etc.) eben deshalb nicht, weil das fragliche Gift gerade das Genuss gewährende Reizmittel ist. Ohne das Gift würden diese Dinge fade sein. — Milch? Ich sage nur, (S. 22, 6) „der feinere Instinkt weigert sogar den Genuss von Eiern und Thiermilch und deren Producten, wenigstens in manchen ihrer Formen.“ Ich sage also nicht, dass die Thiermilch etc für uns Gift enthalte. Selbst dies gilt aber nur von reiner Milch.

Und welche Einflüsse hat nicht die Nahrung, der Krankheitsstand etc. unmittelbar auf die Milch, und welche Fälschungen nehmen die Menschen vor! Wie viel Kalbshirn trinkt Paris und glaubt es sei Milch?! cf. Klencke a. a. O. Wenn man ferner aus Milch stinkigen Käse und ranzige Butter macht, — da sollte der feinere Instinkt sich nicht abwenden? Ich selbst habe Milch von jeher gern genossen, habe aber, seit ich Vegetarianer bin, die Neigung dafür verloren. Ich glaube, auch die Natur wollte, dass wir als Kinder unsere Muttermilch tranken, nicht aber, dass wir später die Kälber todtschlügen, um die Euter der Kuh an Stelle der Mutterbrust — für Männer zu setzen. Immerhin unterscheide ich aber Duldbares und Unduldbares, Verzeihliches und Unverzeihliches. Mit Recht spürst Du in meinen Sätzen „nicht sowohl ein Uebertreiben, als vielmehr die nothwendige Bewegung unseres Princips zu immer grösserer Einfachheit und Bedürfnisslosigkeit.“ Ganz recht; man braucht deshalb noch nicht Trappist zu werden, der keine Milch geniesst, und sein Gemüse in Salz und Wasser kocht. Ich werde mich dem wohl nicht entziehen können, eine der nächsten Nummern der Kochbuchfrage zu widmen.

„Neulich — sagst Du — ist hier ein ziemlich vornehmes Mädchen von 23 Jahren nach zweitägiger Krankheit gestorben. Ich habe sub rosa gehört: am Delirium. Die Aermste hatte sich dem stillen Soff ergeben und trank Schnaps, soll sogar ihr Fläschchen immer bei sich geführt haben. Im Hause ihrer Eltern ist das bekannt gewesen. Ist das nicht entsetzlich? Eine junge, hübsche Dame und Schnaps trinken? Es wird hier furchtbar viel Branntwein getrunken, auch von den vornehmsten und Frömmsten, wenigstens in Gestalt des Liqueurs. Wenn die jungen Damen bei Namenstagen ihre Gratulationsbesuche machen, wird ihnen gewöhnlich Liqueur vorgesetzt.“ Nun sieh, lieber Freund, das ist die Weis-

heit der Welt: Deine Landsmänninnen werden mit dem Münchener Akademiker sagen: „wir bedürfen das“ etc. (S. oben.)

**E. B.**

**Zu alt** um der natürlichen Lebensweise zu folgen?? Wenn L. Storch beim Uebergang üble Erfahrungen machte (No. 2. S. 30), so lag das an Unvorsichtigkeiten, wie der weitere Erfolg (S. 30) gezeigt. Es wird ihm und Vielen interessant sein, wie der Naturarzt Herr Faller sich ausspricht, indem er sich als Mitglied anmeldet: „Beide — sagt er — ich als angehender 80jähriger Greis und mein 19jähriger Grosssohn Alfred Eckardt in Freiburg sind vor 6 — 7 Monaten von einer gemischten Diät zu einer rein vegetabilischen übergegangen und befinden uns gesünder und kräftiger als zuvor. Gleiches lässt sich von Alfreds Vater sagen. Angestellt seit einer grossen Reihe von Jahren (als Reallehrer) hatte derselbe früher viel mit rheumatisch-gichtischen Zahn-, Ohren- und Augenleiden zu kämpfen, fühlt sich jetzt kerngesund, seitdem er allem Fleischgenuss entsagte, ausschliesslich nur Milch und vegetabilische Nahrung geniesst. Solcher Fälle könnte ich eine Menge anführen.“ „Zu alt“? Nein! Aber „zu spät“ — ja das ist sehr schlimm! —

**Kopenhagen.** Unser Mitglied Herr Christian Hoest, zuletzt in Wien, (Buchhändler,) ist nach seiner Heimath Kopenhagen zurückgekehrt und bittet die Vereinsgenossen, die nach dem Norden kommen, ihn doch zu besuchen. Die „bösen Dänen“ seien ganz und gar nicht so böse! Adresse: A. F. Hoest, Universitätsbuchhändler.

Herr V. in H. bemerkt gegen Herrn M. in M. (No. 2. S. 29) „dass die Japanesische **Landwirthschaft** für uns nicht Muster sein könne, weil der „flüssige Dünger dort nicht nur auf den Boden, sondern sogar auf die sprossenden Pflanzen gebracht werde,

sodass dieselben einen Theil davon mechanisch aufnehmen, was sich durch Farbstoffe leicht nachweisen lasse. Diese Methode sei ekelhaft; nach Ansicht einiger Missionäre sei sie die Ursache mancher Krankheiten. Graham in seiner Science of human life 1339 u. 1340 betone, dass Weizen auf reinem Boden wachsen müsse. Ebenso die Schrift: „Unser täglich Brod“. Wir müssen also auf reine Weizenfrucht halten!“ Ganz recht! Aber Herr M. in M. wollte uns wohl nicht die Fehler der Japanesen resp. Chinesen empfehlen, sondern das Gute was sie haben, nämlich dass unsere Viehwirthschaft wegfallen kann, und dass ohne animalischen Dünger die Landwirthschaft in der Richtung auszubilden ist, wie die William Loeb'sche Schrift über Acker-Kultur darthut und wie man in England begonnen hat. Zwischen Weizen auf animalisch gedüngtem Boden gewachsen, und demselben Weizen auf jungfräulichem Boden gewachsen, ist ein Unterschied, von dem „derjenige, der ihn nie geschmeckt hat, sich Nichts träumen lässt?“ — **E. B.**

### Litterarisches.

Sehr erfreulich ist es, dass wir bereits ein zweites Blatt für natürliche Lebensweise zu begrüssen haben! Herr J. M. Kuhn, Arzt in Seon in der Schweiz giebt „**Volksblätter für naturgemässe Lebens- und Heilweise**“ monatlich als Gratisbeilage zum „Arauer Tagblatt“ und „Aargauer Volksfreund“ heraus (halbj. 1½ Fr.) deren No. 1 und 2 uns vorliegen. Vortrefflich! das Volk, das Volk muss Gelegenheit haben die Wahrheit zu erfahren.

Der Naturarzt, Zeitschrift für volksthümliche Gesundheitspflege und Heilweise“ enthielt in No. 13—18 folgende Abhandlungen: Rasche Hülfe und Heilung einer beginnenden Lungenlähmung von G. Wolbold. — Zur Abwehr. — Strand-Sandbäder. — Für den vegetarianischen Tisch (Birnen- und Aepfelhonig). — Heilung von Magenkrebs. — Prof. Bock's Mittagsschläfchen. — Schnupftaback. — Ueber die Ursachen der Geisteskrankheit von Dr. Goullon. — Alkoholische Getränke. — Recensionen. — Mittheilungen.

Selbstverlag des Herausgebers **Eduard Baltzer** in Nordhausen.  
In Commission bei **Ferd. Fürstemann** daselbst.  
Druck von **Th. Müller** in Nordhausen.

# Vereins-Blatt

## für Freunde

### der natürlichen Lebensweise

(Vegetarianer).

**N<sup>o</sup> 4.**

Nordhausen, den 15. November

**1868.**

— Die Vergangenheit, sie soll  
Mir Rath und Warnung für die Zukunft sein,

Dass Heil aus Irrthum blüh', Gewinn aus Thorheit  
Dem sterblichen Geschlecht!  
Schelley, Königin Mab, S. 30 (übers. v. Strodtmann).

## Die Naturweisheit, Sonette

von

**Ludwig Storch.**

1.

Wenn hartgestählte Fesseln fallend klirren,  
Die wir so lang an Leib und Geist getragen,  
Wird zum Entzücken da nicht das Behagen,  
Und nicht zum Jubelschrei das sanfte Girren?

Nach eines langen Lebens trübem Irren,  
Nach stets vergeblich bangem Suchen, Fragen,  
Den Weg noch finden auch in späten Tagen,  
Der uns erlöst aus so unsel'gen Wirren;

Noch einen Tag erleben, der uns bietet  
Des Räthsels Lösung, die wir selbst nicht fanden,  
Und frei zu sein von so verwünschten Banden,

Die uns ein böser Dämon angeschmiedet:  
O wer hat wohl die Wonne ganz verstanden,  
Die auch noch in des Greises Herzen siedet?

2.

Hinweg des Schleiers nebenschwere Last,  
Der mir des Lebens Schönheit lang verhüllte!  
Der du mich jahrelang gepeinigt hast,  
Hinweg, o Gram, der meine Brust erfüllte!

Verzweiflung, die mich geiergleich erfasst,  
Seltsamer Sturm, der mir im Blute brüllte,  
Mir kaum vergönnend ein paar Tage Rast:  
Es ist vorbei mit eurer strengen Gülte!

Der mir vergällt die Lust an der Natur,  
Dämon, mir schmerzlich pressend Haupt und Glieder  
Und bleiern hing an meines Geist's Gefieder:

Fort bist du, kaum noch fühl' ich deine Spur!  
Heut hab' ich eine Lustempfindung nur:  
O holder Jugendtraum, du lachst mir wieder!

3.

Im innern Leben regt sich's warm und leis,  
Als wollt ein zweiter Frühling sich entfalten;  
Es webt als wollten kindliche Gestalten  
Sich neigen in den neugezog'nen Kreis.

Was sucht ihr, blühende Genien, bei dem Greis?  
Was willst du, Frühling, bei dem müden Alten?  
Kann diese Stirn den jungen Kranz noch halten?  
Die Locke, die er küsst, ist dünn und weiss!

Und doch, du schöpferischer, warmer Hauch,  
Die kühlen Schläfe heissen dich willkommen,  
Willkommen heissen dich die Lippen auch,

Die jüngst zusammen schmerzlich noch beklommen,  
Und freundlich lächelnd grüsst dich mein Aug',  
In dem ein frischer Lebensstrahl entglommen.

4.

Ich weiss es wohl, Du kannst nicht Rosen zeugen,  
Weisheit, die mir gebracht die Winterstunde,  
Kein Frühlingskind blüht mir aus deinem Bunde,  
Und der Anagke muss sich jeder beugen.

Doch wirst du mir die düstern Wolken scheuchen,  
Wirst heilen mir die alte tiefe Wunde,  
Die mir geschlagen jene falsche Kunde,  
Und stillen mir des Busens banges Keuchen.

Du wirst mir heitre Abendstunden schenken;  
Von deiner Hand will sich ein süsser Frieden  
Mir still in's Herz wie Balsamquelle senken.

Die Muse wird, die zürnend mich gemieden,  
Mit ihrem Born mir noch die Seele tränken.  
Dann wird ein sanfter Hingang mir beschieden.

## Die Wege zur natürlichen Lebensweise.

### 5. Die Geschichte.

Die Geschichte des Vegetarismus hat noch keinen Bearbeiter gefunden, aber sie ist auch ohne dies eine menschheitliche Erfahrung über die vorliegende Frage, und wer verständig ist, hört gern auf ihre Stimme. Was sagt sie denn?

Sie sagt uns zuvörderst, dass die grösste Mehrheit der Menschen von jeher ihre Nahrung vorzugsweise im Pflanzenreiche gesucht hat. Die Lieder des Hesiod und Homer wissen davon zu sagen und die alten Beschreiber Griechenlands beginnen mit jenen Zeiten, wo das Orakel die Lakädämonier warnt vor dem Angriff auf Arkadien und spricht:

„Ich missgönne dir's nicht! Doch eichelnessende Männer hat Arkadien Viele, die werden den Weg Dir versperren!“ Der sinnige Kultus der Demeter ist der beste Beweis für den vegetarischen Volksglauben, der erst bei dem Einflusse der Noth einerseits und des Ueberflusses andererseits dem Omnivorismus (Allesesserei) nachgab. Es darf uns die Thatsache, dass der Vegetarismus das Ursprüngliche ist, um so weniger wundern, als der natürliche Instinkt, wie wir gesehen, darauf hinweist, und heute noch manche Kinder sich durchaus weigern, Thiere zu essen, obwohl sie es als herrschende Sitte wahrnehmen.

Wenn die alte Welt sich dabei wesentlich vom Gefühl leiten liess, so

kam dazu, dass sie vielfach durch ihre Naturanschauung darin bestärkt wurde. Der Glaube, dass die Thierwelt ähnlich wie die Menschenwelt beseelt sei, war ein sehr allgemeiner und die Vorstellung, dass die Menschenseele durch die Thierformen wandere, bis sie rein und frei gen Himmel steige, war davon nur eine besondere Art. Welche heilige Scheu also musste das natürliche Gefühl unterstützen und die Menschen — zu thatsächlichen Vegetariern machen!

So steht das Hauptstück des Vegetarismus, die Lehre, dass der Mensch kein Thier tödten soll, um es zu verzehren, sondern dass er ohne Sünde seine Nahrung da suchen soll, wo die Natur sie ihm anweist, nämlich in den Früchten der Erde, — sie steht an den Tempeln der alten Welt, in den heiligen Büchern ihrer Religion und in den Beispielen ihrer Weisen lehrreich und unauslöschlich eingegraben! Pythagoras und Socrates stehen bewusst auf diesem Grunde, und sogar die Bibel hat ursprünglich diese Lehre. I. Buch Mos. 1, 29. u. a. Unter den Pythagorikern und Essenern nahm der Vegetarismus eine geschlossene soziale Gestalt an. Am Nil wie am Ganges bildete er einen Hauptartikel der Weisheitslehre und die Zeiten und Gegenden luxuriöser Entwicklungen vermochten nicht die Reihe von Zeugen abubrechen, welche in allen Jahrhunderten mit Wort und Beispiel für diese Heilswahrheit eingetreten sind. (Eine Reihe Stellen siehe bei Hahn, Naturgemässe Diät, Kap. 6.)

Auch hinsichtlich der Beweggründe

finden wir schon bei den Alten genauere Unterscheidungen. In Plutarch's Reden über die Sarcophagie finden wir das anatomische und physiologische Moment auf das stärkste betont; bei Vielen wirkte der dogmatische Gesichtspunkt mit; dass die Sarcophagie krank macht, vorzüglich aber verdummt und die Leidenschaften erregt, darüber hatten sie sehr eingehende Beobachtungen; dass die Sarkophagie in sittlicher Hinsicht Barbarei ist, darüber sind die alten Vegetarianer einverstanden, und die Dichter unter ihnen singen es, wie Ovid, eindringlich in die Herzen derer, die reineres Gefühl sich bewahrten; Porphyrius schrieb sogar vier Bücher, die zugleich als eine Art Geschichte des Systems gelten können.

Erst die neuere Zeit rief durch zwei Umstände die Sache in ein anderes Stadium. Einmal machte die gedankenlos gesteigerte materielle Weltkultur uns mit einer Menge unnatürlicher Genussmittel bekannt, die dem Alterthum unbekannt waren. Zwar die Schwelgerei war wie in allen verfallenden Staaten, so auch in Griechenland und Rom seiner Zeit in das Unglaubliche gestiegen, aber die Masse des Volkes hatte bei weitem nicht einen so grossen Kreis der Genussmittel, als heutzutage. Taback und Kaffee, Branntwein und Bier in heutiger Art und Masse waren so unbekannt, als sie jetzt allgemein sind. Siehe „Roschers Ansichten der Volkswirtschaft“. Auch der Fleischgenuss, wenigstens in den Städten, ist dadurch zu einer Raffinirtheit und zu einem Umfange gesteigert, welcher zu einer un-

geheuren Vertheuerung der natürlichen Lebensmittel und zu einer physischen und moralischen Entartung geführt hat, die zuerst im fleischessenden England eine entschieden vegetarische Reaction hervorrief.

Der zweite Umstand aber, der den Vegetarianismus in ein ganz anderes Stadium rief, ist das Erwachen der Wissenschaft, und zwar einmal, sofern sie das System von aller dogmatischen Umhüllung alter oder neuer Art befreite und dadurch dem Auge der heutigen Welt näher rückte, dann aber, sofern sie das System wissenschaftlich weiter begründete, als es dem Alterthum möglich war, namentlich in anatomischer, physiologischer, chemischer und sozialistischer Beziehung.

Insbesondere hat sich das System so zu sagen unbewusst auch in der Medizin Bahn gebrochen, denn wie gering wir auch sonst von der Homöopathie denken mögen: ihre grossen Resultate, die nicht geleugnet werden können, erzielt sie vorzugsweise durch eine Diätreform, die nicht mehr fern ist vom System der normal menschlichen Lebensweise!

Ueberblicken wir also den Gang der Dinge, so sehen wir das System der natürlichen Lebensweise von jeher bekannt und geübt, von den Massen bald aus Noth, bald wenigstens unbewusst, aber in einer Ausdehnung, dass Berghaus in seinem schönen Atlas eine besondere Völkerkarte geben konnte, um die Ausbreitung des thatsächlichen Vegetarianismus anschaulich zu machen. Aber auch das System als bewusste Lebensordnung hat von den Pforten

der alten Geschichte her ihre beredten Zeugen und die Hülfswissenschaften unserer Tage liefern ihm unbesiegbare Waffen, und aller Spott der Sarcophagie verblasst vor den That-sachen, welche die Erfahrung aller Derer vor sie hinstellt, welche consequent der vernünftigen Regel folgen.

Was wunder also, dass Mancher an der Hand der Geschichte zu unserm Tempel gelangt?! Wir haben ja aus ihr das schöne Bewusstsein, dass wir nicht erst ein vielleicht gefährliches Experiment zu machen haben! Wir haben tausendjährige und millionenfache Erfahrung für uns, wir haben sie negativ auch daran, dass laut Zeugniß derselben Geschichte die Menschheit da immer kränker wurde, wo die Sarcophagie mit dem Gefolge ihrer Harpyien ihre Herrschaft etablierte. Wer Augen hat zu sehen, der sehe!

~~~~~  
6. Ersparniss.

Sparsamkeit ist, wie wir anderwärts näher gezeigt*), die Kunst, nur vernünftige Ausgaben zu machen, und sie ist nicht ganz leicht, sonst lebten die Menschen nicht als Fleischesser und Freunde der unnatürlichen Diät so äusserst verschwenderisch. Wir lieben den Luxus. Das Wort bedeutet ja nur Lebensfülle. Diesen vernünftigen Luxus lieben wir, aber die Verschwendung ist Sünde, namentlich so lange der Lazarus noch vor allen Thüren zu finden ist.

Denken wir uns eine Familie des heutigen Mittelstandes, wie es tausende giebt, der es schwer wird, ehrlich „durch zu kommen.“ Sie klagt und seufzt, aber sie treibt dabei grosse Verschwendung. Der Zimmergesell auf dem Arbeitsplatz muss schon — er wird sonst bei uns gehänselt — sein rohes Hackfleisch und Schnaps zum Frühstück haben; ohne Kaffee, meint man, geht es gar nicht, und wenn es auch nur Cichorie wäre; die Cigarre ist unter den Männern allgemein geworden, die Jungens rauchen sie schon, um sich weiss zu machen, sie seien Männer, und wird nicht geraucht, so wird geschnupft und gepriemt. Natürlich darf auch das Bier nicht fehlen, und ist Sonntag oder blauer Montag, so wird in Diesem doppelt viel geleistet. Nun rechne man sich selbst aus, wie bald den Tag über à Person 1 Sgr. für diese Dinge erspart ist, denn Ein Groschen für Hülsenfrüchte nährt mehr als Drei Groschen für Fleisch bezahlt! Die Familie zu 5 Personen gerechnet, giebt 5 Sgr. Ersparniss; täglich 1 Pf. macht im Jahre über 1 Thlr. also die 5 Sgr. — 60 Thlr. Welches Kapital im kleinen Haushalt! Was lässt sich mit 60 Thlr. alles Gutes dafür schaffen!! Bessere Kleidung — gestündere Wohnung — ein gutes Buch — bessere Werkzeuge — eine nützliche Reise — besseren Unterricht vielleicht für die Kinder — und viele andere nützliche und schöne Dinge. Ist das nicht ein köstlicher Tausch?

Und was tauschen wir aus? Bier,

*) Baltzer, „Von der Arbeit“, Kap. 35.

Schnaps, Taback, Fleisch, kurz, alle die Dinge unnatürlicher Genüsse nützen ja nicht nur nicht, — so weit wir sie in Rechnung gestellt — sie schaden ja, sie machen uns krank: kommt's heute nicht, kommt's morgen, — dann können wir nicht arbeiten, nicht verdienen, müssen gar noch den Doctor und Apotheker bezahlen, — o weh — welches Deficit in der Jahresrechnung, welcher oft unersetzliche Verlust an Wohlbefinden und Kraft! Und welche Verführung liegt nicht ausserdem im Genuss all dieser Reizmittel. Treten die Folgen nicht oft sichtlich zu Tage durch all die Immoralität, die im halben oder ganzen Rausche geschieht? Wer stellt Rechnung auf über die Einbussen hierdurch? Und wer wollte es übernehmen, die Verluste sittlicher Güter nach materiellem Maassstab abzuschätzen?!

Der Vegetarianismus ist nicht nur eine ungeheure materielle Ersparnis, er ist eine materielle und moralische **Assekuranz**.

Zum Erstaunen gross — ja unberechenbar im strengsten Sinne des Wortes — wird die Ersparnis, wenn wir die natürliche Lebensweise auf ein ganzes Volk ausgedehnt denken.

Wenn z. B. das Großherzogthum Baden statt 30,000 Morgen Taback — der niemanden nährt — sondern nur giftigen Reiz übt — 30,000 Morgen Getreide bauete, wie viel Menschen könnten davon leben?!

Neulich schrieb man aus Preussen, dass diesen Winter von Neuem Hungertyphus zu fürchten sei, und die Kartoffeln schon enormen Preis hätten,

— weil man so viele in Schnaps verwandele. Merkt man endlich die todbringende Verschwendung?!!

England braucht jährlich c. 40 Millionen Pfund Hopfenblüthe, — das Narkotikum seiner Biere; Frankreich bauet 350 Quadratmeilen Wein! Wie viel Millionen aber könnten von dem Boden leben, wo Hopfen und Wein wächst, wenn man menschliche Nährfrucht darauf bauete?!

Das Alles ist aber noch Nichts gegen die Verschwendung durch den Fleischconsum. Frage einen einsichtigen und gewissenhaften Oekonomen, wie viel Futter er braucht — d. h. von wie viel Boden er die Frucht braucht — nur Einen Ochsen gross zu ziehen. Dann stelle diese Bodenfrüchte in Form von Cerealien auf die eine Seite und den Ochsen auf die andere Seite und berechne dir wie viel Nährwerth jedes hat. Du wirst finden, dass das Zehnfache nicht genügt, um welches die Cerealien weiter reichen, als der Ochse, ganz abgesehen davon, dass man mit dem Fleisch das Gift genießt, welches darin enthalten ist, dass man erfahrungsmässig durch „schlechte“ Kochkunst den grösseren Theil des Nährwerthes im Fleisch zerstört, ehe man es genießt, und dass man als Zugabe die Gefahr, ja (im Mastvieh) die Gewissheit hat, krankes Fleisch zu essen, gespickt vielleicht mit Finnen, Trichinen und andern Schmarotzern. Mit andern Worten — von wie viel Acker ein Fleischesser lebt, davon können mehr als 10 Vegetarianer leben. Daraus folgt: je mehr der Fleischconsum wächst und die Men-

schenzahl dazu, ohne dass die Production der Cerealien in zehnfach gesteigertem Maasse wächst, desto sicherer kommt die Kostbarkeit des täglichen Brodes und folgeweise der Hungertyphus, — wenn man nicht Brodstoffe in Massen importiren will, was doch für immer nicht geht. — Wie lange will die „Nationalökonomie“ und die „Politik“ ihr Auge verschliessen vor dieser unentrinnbaren Wahrheit?!? (Ausführliches über diesen Punkt siehe in: Baltzer, Reform der Volkswirtschaft vom Standpunkte der natürlichen Lebensweise.)

Wer diese private und nationalökonomische Sparsamkeit bedenken will, wird erkennen, dass er vernünftig handelt, wenn er der natürlichen Lebensweise folgt. Wenn dies Motiv ihn zu uns führt, ist er uns willkommen; aber auch dieser Grund ist nur Einer unter vielen. (Fortsetzung folgt.)

Die vegetarianische Bewegung der Neuzeit.

Von allen socialen Bewegungen unserer Zeit dürfte sich kaum eine andere mit der vegetarianischen an Vielseitigkeit messen. Die politischen Titanen, auch wenn sie Vollblut-Republikaner sind und durch die edelsten Beweggründe geleitet werden, sie suchen das Glück ihrer Mitmenschen doch nur einseitig zu fördern, wenn ihr Gesichtspunkt nicht gleichzeitig ein allumfassender ist. Die Socialdemokraten rücken dem Ziele schon näher auf den Leib, aber auch sie verrichten nur halbe Arbeit, wenn der grosse Gedanke

der Menschenerlösung das Glück des Einzelnen nicht bis in seine äussersten Consequenzen in sich aufnimmt. Eben so einseitig bleiben die bloss kirchlichen Reformer und die fortgeschrittensten Volkswirthe. Aber auch der Vegetarianer kann von dem Vorwurf der Einseitigkeit nicht freigesprochen werden, wenn er seine Aufgabe nicht voll und würdig erfasst, wenn er dem Fortschrittsleben unserer Zeit nicht auf allen Gebieten huldigt. Nur der ist echter Vegetarianer, der überall der Fahne des Fortschritts folgt, wo sie hochgehalten wird.

Zwischen dem Alterthum einerseits, das den bewussten Vegetarianismus bereits z. B. in den Pythagoräern und Essenern zu socialer Gestaltung gebracht hatte, und der Gegenwart andererseits liegt eine grosse Wüste. Nur Einzelne, allenfalls kleine Körperschaften lebten (aus einseitigen Motiven) nach gleicher Regel; die Masse des Volkes freilich immer annähernd, aber unbewusst oder aus Noth.

Vor etwa hundert Jahren aber schrieb der florentinische Arzt Dr. Cocchi eine Schrift über die pythagoräische Lebensweise, in der er vom medicinischen Standpunkte aus ihre Vorzüge mit vieler Beredsamkeit empfahl. *) Sonst ist Italien in dieser Beziehung unproductiv geblieben.

Doch die Gegensätze berühren sich überall. So haben England und Amerika, Länder, in denen der Fleischconsum am stärksten ist, die ausgiebigste vegetarianische Literatur geliefert. Die ersten Vorläufer mochten Tryon und Shillitoe sein, durch deren Schriften Franklin bekehrt wurde. Nächst ihnen war wohl Dr. Cheyne in England einer der ersten Kämpfer für die blutlose Lebensweise, welcher durch seine zahlreichen Werke der Bewegung der Jetztzeit Bahn gebrochen hat. Nach ihm war der tüch-

*) Eine Uebersetzung davon erscheint in der Grieben'schen Familienbibliothek.

tigste und bewährteste Pionier unserer Sache Dr. Lambe in London, ein Zeitgenosse Shelley's. Im Jahre 1811 erschien von einem seiner Freunde, einem gewissen Newton das Werk: „Rückkehr zur Natur oder Vertheidigung der vegetabilischen Lebensweise“, und endlich war Shelley einer der edelsten und beredtesten Fürsprecher der Pflanzenkost, der auch der politischen, religiösen und socialen Tyrannei gewaltig auf den Nacken stieg.

Wenn nun England auch schon seit Beginn unseres Jahrhunderts unablässig mit Werken Bekanntheit machte, welche das cadaveröse Lebenssystem nach allen Seiten hin als nachtheilig zu beleuchten suchten, so erhielt es doch seinen Haupt-Anstoss durch den Amerikaner Sylv. Graham, den unsterblichen Begründer der Radical-Hygiene.

Seine physiologischen und diätetischen Vorlesungen riefen unter dem denkenden Theile der Amerikaner und Engländer eine sittliche Revolution hervor, wie einst die Lehren eines Jesus oder die späteren eines Luther, nur dass hier nicht bloss die religiöse Ueberzeugung, sondern tiefgewurzelte Lebensgewohnheiten zu wechseln waren. Das war der grosse Hemmschuh für den Fortschritt der Sache, denn die „zweite Natur“ liess sich nicht so leicht beseitigen, wie ein bloss irrthümlicher „Glaube“. In das Bollwerk der Sarkophagen hat Graham ohne Zweifel die grösste Bresche gelegt, aber mit welchen Anfeindungen auch dieser seltene Mann zu kämpfen hatte, mag folgende Stelle eines Briefes an W. Horsell bezeugen:

„Ich versichere Sie, mein Herr, es giebt Augenblicke, wo meine Menschenliebe erschöpft und in Gefahr ist, unterzugehen, wenn ich sehe, wie unwirksam meine Anstrengungen sind und wie feindselig sie von der Welt zurückgestossen werden; mich

verlässt dann mein unbefangenes Urtheil und es scheint mir nicht nur Thorheit, sondern Wahnsinn zu sein, eine Race zu lieben, welche den redlichen Bemühungen eines wahrheitsliebenden Menschen nur Hass und Feindschaft entgegenzusetzen weiss. — Sie, mein Herr, befinden sich noch in der Frühlingszeit Ihres philanthropischen Unternehmens, welche grosse und schöne Sommerfrüchte verspricht, aber glauben Sie mir, sowohl der Herbst der Entmuthigung als der Winter der Enttäuschung werden folgen. Wer an den Menschen glaubt, muss getäuscht, muss betrogen werden; die ganze Welt will es ja nicht anders!

Verzeihen Sie, dass ich diesem verzweifelten Gedankenzuge gefolgt bin. Es lag nicht in meiner Absicht, aber Ihre eigenen Bemerkungen und Fragen haben mich darauf geführt.“*)

So konnte selbst der edle Geist eines Graham an der Schwerfälligkeit und Feindseligkeit der Menschennatur verzweifeln. Er war der erste grosse Bahnbrecher, ihm kosteten seine menschenfreundlichen Bestrebungen Jahre seines Lebens, ihm dürfen wir diesen Groll nicht verargen; es ist nicht leicht, den Glauben an die Menschheit zu behalten. Das erfahren wir Vegetarianer alle reichlich, die wir nicht bloss still dahin leben, sondern für unsere Sache zu wirken suchen. Und schon ist unsere Arbeit eine weit leichtere, weil wir bereits eine ganze Reihe vortrefflicher vegetarianischer Werke besitzen.

Gleichzeitig mit Graham und nach ihm wirkte ein anderer wackerer und ehrlicher Kämpfer, Dr. Alcott, dessen zahlreiche hygienischen Werke vielfache Auflagen erlebt haben. Nächst ihm wären für Amerika Dr. Mussey, Dr. Nichols und Dr. Shew, der Herausgeber des weitverbreiteten Water-Cure-Journal zu nennen, mit denen eine

*) Den ganzen interessanten Brief wird man später in der Grieben'schen Fam.-Bibl. in dem Hefte: „Sammlung verschiedener Reden etc.“ finden.

grosse Anzahl Aerzte gleiche Ziele verfolgen. Der bedeutendste Vertreter der natürlichen Lebensweise und Heilkunst in Amerika ist gegenwärtig der Professor Dr. R. T. Trall in New-York, den unsere Leser bereits im „Naturarzt“ kennen gelernt und in der Grieben'schen Familienbibliothek noch weiter kennen lernen werden. Seine zahlreichen Werke in Deutschland erscheinen zu lassen, muss das Ziel aller Freunde des gesundheitlichen Fortschrittes sein.

In Nord-Amerika besteht eine alle Länder dieses grossen Staatenverbandes umfassende vegetarianische Gesellschaft, welche sich anfänglich den „Physiologischen Verein“ nannte. Im Allgemeinen heissen die Anhänger unserer Lebensweise in Amerika Grahamiten, Vegetarianische Colonien haben sich zu Oefteren in nordamerikanischen Staaten gebildet, so auf der Gowanushöhe bei Brooklyn, am Neoshofluss in Kansas und andern Orten. Gegenwärtig ist im südlichen Ohio eine grosse vegetarianische Colonie im Werden begriffen, das Werk Dr. Trall's. Hier dürfen wir von Amerika Abschied nehmen.

In England bildete sich 1847 ein vegetarianischer Verein unter dem Vorsitz des überaus thätigen J. Simpson, Esq., welcher die Sache vielfach mit seinen bedeutenden Mitteln unterstützte. Er hatte niemals Fleisch gegessen. Gleich anerkannter Thätigkeit entwickelte der Geistliche W. Horsell, dessen Leistungen auf diesem Gebiete wahrhaft bewundernswerth waren. Es wäre leicht, eine grosse Anzahl von Männern zu nennen, welche mit lobenswerthem Eifer überall für ihre vegetarianische Ueberzeugung eintraten und noch fortwährend wirken, aber das wäre eine blosser Ermüdung für den Leser. Der gegenwärtige

Vorsitzende des engl. Vereins ist der 82 jährige Alderman W. Harvey, Esq. In allen grösseren Städten Grossbritanniens bestehen veget. Localvereine welche in ihrer Weise rüstig wirken, und beredte Apostel unserer Lehre durchziehen das Land, um das Volk für die grosse Wahrheit empfänglich zu machen und seiner blutigen Gewohnheit zu entfremden. Bei solcher Agitation ist die veget. Bewegung selbstverständlich in stetem Wachsen begriffen, um so mehr, als viele Aerzte und angesehene Personen sich ihr angeschlossen haben.)*

Aus Frankreich kennen wir nur das in seiner Art prächtige Werk von Gléizès: „Thalysie ou la nouvelle existence“, von welchem nächstens vorläufig ein kleiner Auszug in Deutschland erscheinen wird. Bei den leichtfertigen Franzosen konnte ein derartiges Werk auf grosse Theilnahme nicht rechnen, und die Lehren dieses edlen Menschenfreundes fanden dort nur geringen Anklang, aber das Beispiel Englands wirkt nun auch nachhaltig auf Frankreich zurück.

In Deutschland ist als ältester Vertreter unser Gustav Struve zu nennen, dessen „Mandaras“ als das erste selbstständige Werk dieser Richtung bezeichnet werden kann. 1844 erschien das G. Struve dedicirte vortreffliche Buch von Dr. Zimmermann, „Der Weg zum Paradies“, welchem auch der Einsender dieses Artikels seine Bekehrung zu danken hat. Es erlebte zwei Auflagen und brachte den ersten Hauch der englisch-amerikanischen Bewegung nach Deutschland, wo es auch nicht ungünstigen Boden zu finden schien, aber die Neuheit des Gegenstandes und die Furcht vor dem Isolirtstehen hat trotz der Beredtsamkeit des Buches nur wenige Anhänger geschaffen, von denen wieder eine

*) Ein Verzeichniss der umfangreichen engl.-amerikanischen veget. Litteratur findet man in Lane's „Nur Pflanzenkost!“ (7½ Sgr. Kern in Breslau) und in Lundahl's „Tabak ist Gift!“ (Grieben in Berlin.)

Anzahl Schwächlinge zurückfielen. In den Jahren von 1855—62 erschienen in Neustadt O./S. eine Reihe vegetari- anischer Brochüren und Flugblätter, welche das im Verglimmen begriffene Feuer von Neum anfachten und der blutlosen Lebensweise gar manchen Wackern zuführten, aber erst durch das von Th. Hahn in seine „Natur- gemässe Diät“ umgewandelte treff- liche Werk Dr. Alcott's „Vegetable Diet as sanctioned by Medical Men etc“ nahm die Sache in Deutschland regeren Fortgang, denn durch es wurde der Herausgeber dieses Blattes, unser Ed. Baltzer, bekehrt, und seinem Eifer und seiner Energie haben wir bereits die Bildung eines deutschen veget. Vereins zu verdanken, dessen bestän- dige Zunahme von dem erwachten öffentlichen Geiste glänzendes Zeugniß ablegt. Als sehr thätige Förderer unserer Sache müssen wir noch Alfred v. Seefeld in Hannover und Dr. Nagel in Barmen erwähnen, denen sich, von gleichem Geiste beseelt, noch eine ganze Reihe von Namen anschliessen. Unserm Vereine aber rufen wir zu ein:

Vivat, floreat, crescat!

Ein: Vegetarianism for ever!

E. W.

Sylvester Graham

stammt aus einer angesehenen Familie, von welcher ein Zweig unter Georg I den Herzogstitel erhielt. Sein Vater, (Reverend) Joh. Graham, siedelte im Jahre 1718 nach Boston über. Syl- vester war das siebenzehnte Kind sei- ner Eltern und wurde im Jahre 1794 geboren; bald nach seiner Geburt starb sein Vater. Seine Mutter war von Kummer und Sorgen so überwältigt, dass sie lange Zeit melancholisch blieb. Unter diesen Umständen wurde die Jugend Sylvester Grahams sehr vernachlässigt, und sein angeborener Genius erfreute sich der wildesten Un- gebundenheit. Diesem Umstande hatte

er jedoch wahrscheinlich die Erhaltung seines Lebens zu verdanken, weil er, wenn frühzeitig zum Studium angehalten, bei seiner starken Nervösität wohl bald unterlegen wäre.

Graham wurde, dem Tode nahe, der Sorgfalt eines Onkels überlassen. Er genas jedoch und einer seiner Brüder vertrat Vaterstelle an ihm und brachte ihn unter die Obhut und Aufsicht eines Schwagers, welcher Farmer war. Bei diesem Manne verlebte er mehrere Jahre und verrichtete alle landwirth- schaftlichen Arbeiten, wurde dabei wie ein Arbeiter behandelt, und hatte viele Unbilden und Schläge zu erdul- den, während sein Stolz und seine Ruhelosigkeit ihn beständig weit weg denken liess. „Ich hatte,“ sagt er von der damaligen Zeit, „von edlen Tha- ten gehört, und trug ebenfalls Verlan- gen nach dem Felde des Ruhmes.“ Obwohl ohne Erziehung besass er doch natürliches Geschick und behauptete ein gewisses Ansehen unter seinen Spielgefährten, und in welcher Gesell- schaft er sich auch befand, seine Dar- stellungsgabe, seine Phantasie, sein re- ger und forschender Geist machten ihn überall zum anziehenden Mittel- punkte. Aber wie Auszeichnung immer Neider erzeugt, so hatte auch er seine — Feinde und von Verfolgung viel zu dulden. In seinem 12. Jahre ging er nach Newyork, um in einer von seinem Bruder empfohlenen Schule aus- gebildet zu werden. Das Stadtleben hatte jedoch wenig Reiz für ihn und er bat sich bei seinem Bruder bald die Rück- kehr aus. Mit 14 Jahren wohnte er bei seiner Mutter im Fami- lienhause, und obwohl er hier mehr Gelegenheit zum Lernen hatte, und sich schnell zum Meister alles dessen machte, was er sich aneignen wollte, war er doch unbeaufsichtigt und verbrachte seine Zeit mit allerlei geselligen Un- terhaltungen. Während er aber der Welt als der gedankenlose querköpfige, zwar schwächliche, aber fröhliche, wilde und extravagante Knabe er-

schien, beschäftigte er sich mit weit über seine Jahre reichenden tiefsin- nigen Erwägungen und philosophischen Betrachtungen. Um diese Zeit trat er auf seiner Mutter ersten Zuspruch in eine Papiermühle ein, um doch ein Geschäft zu ergreifen, aber obwohl er sich schon als grosser Papierfabrikant träumte, war doch die Arbeit zu be- schwerlich für ihn und er trat nach vier Wochen wieder aus. Hierauf ging er mit einem Farmer ein Verhältniss ein, war aber sehr ruhelos und unbe- friedigt und verliess ihn bald wieder, worauf er mit einem Pferdehändler reiste, was seinem Geschmack sehr zusagte. Im Jahre 1810 verkaufte er in einem Dorfladen, blieb aber nicht lange dort, und ging in demselben Jahre nach Newyork, wo er bei einem Kaufmann einige Monate als Buchhal- ter eintrat. Dies war in seinem 16. Jahre. Um diese Zeit machten sich Schwindsuchts - Symptome bemerkbar und Sylvester wurde wieder auf das Land geschickt. Er ging zu einer Schwester nach Middlebury, Vermont, und obwohl er nur mit häuslichen Verrichtungen und Handarbeit beschäf- tigt war, zogen doch seine Talente die Aufmerksamkeit einiger Studenten und Universitätslehrer auf sich, die ihn mit Vorliebe behandelten. Um diese Zeit entwickelte sich sein Zei- chentalent und er malte mehrere gute Portraits, wonach einige seiner Be- schützer den künftigen grossen Maler in ihm erblickten. Obwohl erst 16 Jahre alt, lernte er die ersten Schmerzen der Liebe kennen. Eigenthümlich sensitiv und voll Leidenschaft und Ausdruck war seine Jugend durch viele derartige Abenteuer gewürzt, welche seinerseits jedoch die volle Reinheit des Gefühls bewahrten, aber vielleicht unklug wa- ren, und der kühlen und gefühllosen Welt, die sich viel um ihn kümmerte, nicht passend erschienen. Er ergoss häufig seine Gefühle in poetische For- men, wovon noch einige Produkte vorhanden sind. In seinem neunzehn-

ten Jahre warf er sich unter einem sehr tüchtigen Vormunde mit Eifer auf seine Studien und sein Ausbildner empfahl ihm die Lehrer-Laufbahn. In dieser Eigenschaft entfaltete Sylvester das ganze Feuer und den Eifer eines Re- formators und gewann einen solchen Einfluss auf seine Schüler, dass er sie unwillkürlich mit sich fortriss und so sichtlich vorwärts brachte, dass sein Name in der Nachbarschaft häufig ge- nannt wurde. Jetzt wurde er wie- der von Krankheit befallen, und war genöthigt, seine Schule aufzugeben. In der Familie eines Mr. Wickoff ward er freundlich gepflegt, und blieb nach seiner Genesung kraft seiner gewöhn- lichen Liebenswürdigkeit und Gesellig- keit mit allen Familiengliedern im freund- schaftlichen und nahen Verkehr. Unter ihnen befand sich eine Tochter und böse Zungen ergriffen die Gelegenheit, den Samen des Argwohns zu säen, welchen kein Protestiren der beiden Theile entfernen konnte, und so ver- liess er denn das Haus. Er begann wieder in einer andern Schule zu leh- ren, seine Gesundheit schwankte aber und er gab es wieder auf. Er befand sich nun in Verlegenheit, welchen Beruf er wählen solle, und seine Freunde schienen zu glauben, dass er in Allem, was er anfangt, Erfolg haben müsse, sodass es ihrerseits keines entschiede- nen Antriebes bedürfe.

Um diese Zeit, als er mit Körper- schwäche und Traurigkeit kämpfte, durchdrang sein Herz ein religiöses Gefühl, und er trat in Prediger-Ver- sammlungen auf, wo er seinen Empfin- dungen in hereder Weise Luft machte und seine Zuhörer sehr erwärmte. Sylvester ging hierauf mit seiner Schwester nach Albany, aber er war schwach, erschöpft und elend, und in der Hoffnung, seine Dusterheit zu zer- streuen und seine Gesundheit zu bes- sern, reiste er per Dampfer nach New- Brunswick und New-Jersey. Auf die- ser Reise erwarb sich Graham mehrere werthvolle Bekanntschaften und Freunde.

Im Jahre 1823 entschloss er sich am Amherst College zu studiren, und sich für den geistlichen Beruf vorzubereiten. Er arbeitete unter den traurigsten Empfindungen und starker Verzweiflung und wurde sehr erschöpft, aber er setzte seine Anstrengungen fort, weil er bei seinem rhetorischen Talent und bei der Gabe, seine ganze Seele in den Vortrag zu versenken, eines Erfolges sicher war. Im College war er häufig der Gegenstand des Neides, weil seine Mitschüler, in einer weit kälteren und begrenzteren Beredsamkeit ausgebildet, das wahre Gefühl Grahams nicht zu würdigen verstanden. Obwohl er das Alles geduldig ertrug, verfolgten sie ihn doch später als einen Schauspieler und verrückten Enthusiasten, er traf jedoch mit einigen Geistern zusammen, welche ihn verstanden und trösteten. Seine geselligen Eigenschaften und sein wahrhaft gefühlvoller Character führten ihn in Amherst in viel Gesellschaft, und besonders war er von den Damen gern gesehen. Er zeichnete gute Bilder, schrieb Gedichte und war immer bei Partien, Bällen und theatralischen Vorstellungen sehr thätig. Seine Studien verfolgte er nur lässig, weil seine Gesundheit schlecht war und er an nervösem Kopfschmerz litt. Was er auch that, es geschah immer mit grossem Enthusiasmus; er konnte darum auch den trägen Schritt seiner Klasse nicht innehalten, und wenn er eine schriftliche Arbeit machte, erstaunten Studenten und Professoren über die Tiefe seiner Gedanken und die Kraft seiner Gründe. Er vertheidigte seine Freunde mit Wärme, welche, obwohl an Zahl gering, ihm mit Treue anhängen. Die Mehrzahl war jedoch so hoshaft in ihrer Verfolgung, dass sie einen Fall, in welchem er nur zu einer Dame gesprochen, als einen Angriff auf dieselbe hinstellten, und da er krank darniederlag, und sich nicht vertheidigen konnte, so wurde ihm der fernere Besuch des College unter-

sagt. Während seiner Krankheit wurde er von zwei Damen (Miss Earls) gepflegt, von denen er die eine bald darauf heirathete und niemals Ursache hatte, die Wahl zu bereuen. Das war im Jahre 1826. Nach seiner Verheirathung wurde er Prediger der presbyterianischen Kirche. Als solcher war er beliebt, aber er nahm sich bald der Mässigkeitssache an und studirte hierauf Anatomie und Physiologie, und 1830 wurde er von der pennsylvanischen Mässigkeits-Gesellschaft engagirt.

Im Jahre 1832 trat er als Vertheidiger der Grundsätze auf, welche später in seinen „Vorlesungen“ gedruckt erschienen. Er stellte sie zuerst als Vorbeugungsmittel gegen die Cholera auf und Tausende befolgten seinen Rath mit wohlthätigen Folgen. Er setzte seine Vorlesungen mit grossem Erfolge fort, wurde immer gut aufgenommen und machte tiefen Eindruck. In seinem Verlangen, Gutes zu wirken, handelte er gegen allen Rath und brachte sich mehr als einmal an die Pforten des Todes. Er selbst glaubte, dass er ohne Annahme der von ihm gelehrten Grundsätze längst gestorben wäre. Es traf sich jedoch ungünstig, dass ein so berühmter Lehrer nicht selbst gesundheitsfest war und natürlich wurde das für Viele eine willkommene Gelegenheit, seine Grundsätze in Verruf zu bringen. Graham veröffentlichte deshalb eine „Vertheidigung“, in welcher er seinen ursprünglichen Gesundheitszustand zu beachten bat, und darauf hinwies, wie er die Kräftigung seiner Gesundheit durch seine unausgesetzten Bemühungen, dem Gemeinwohle zu nützen, beeinträchtigt habe; aber die Menge vermochte eine so erhabene Menschenliebe nicht zu begreifen. Viele jedoch befestigten durch Annahme seiner Lehren ihre Gesundheit und anerkannten seinen Werth.

Graham lebte während des letzteren Theiles seines Lebens in Northampton, Massachusets. Er hatte vier Kinder, von denen zwei und seine Wittwe,

leben. Im Jahre 1849 machte sich eine sichtbare Erschöpfung seiner so wenig geschonten Gesundheit geltend, so dass er kein langes Leben mehr in Aussicht hatte. Sein Geist war für seinen schwächlichen Körper immer zu thätig gewesen, und am 6. September 1851 in seinem 58. Jahre entfloh sein Geist seiner irdischen Hülle, in der er für das Glück der menschlichen Gesellschaft so lange gekämpft hatte.“

Hier dürfen wir vorläufig Abschied von Graham nehmen, dessen Andenken als Begründer der radicalen Gesundheitslehre wohl noch viele Jahrhunderte hindurch dauern wird.*)

E. W.

Die Legumisten.

In der „Illustracion americana“ von Frank Leslie, fand ich den folgenden Artikel über die Vegetarianer, der, wenn er auch für uns nichts Neues, doch der noch unwissenden Menge im Allgemeinen als historisches Dokument von Nutzen sein kann, wenn man sieht, was und wie's Andere thun und treiben.

„In London, der Stadt der Extravaganten und Originellen, existirt eine höchst sonderbare Gesellschaft, die sich die Vegetarianer (Vegetarian Society) nennt. Dieser Verein, von den Franzosen „Legumisten“ genannt, besteht gegenwärtig aus mehr als 3600 Mitgliedern, welche sich vornehmen, ihren Nahrungsstoff nur aus dem Pflanzenreiche zu nehmen. Ihre Statuten sind folgende:

1. Kein Thier zu tödten.
2. Kein Fleisch, noch irgend eine Speise zu geniessen, die von Thieren herkommt. Nur den neuen Mitgliedern ist es erlaubt, Milch zu nehmen, da einige der Gesellschaft sagen, dass die Milch von den grasfressenden Thieren nichts mit dem Fleische zu thun habe.

3. Zu ihren Speisen darf kein Salz, noch irgend ein Gewürz gethan werden.

4. Es ist streng verboten, beim Brodbacken die Kleie vom Mehl zu trennen.

5. Sich jeder Art von geistigen Getränken zu enthalten, sowie keinen Kaffee und Thee zu trinken; das einzige Getränk ist das reine, frische Wasser.

6. Die körperlichen Uebungen tragen ganz besonders zur moralischen Regeneration bei; daher darf sich niemand verweichlichen noch verwöhnen; dagegen sind gymnastische Uebungen, Schwimmen, weite und anhaltende Spaziergänge für jedes Alter und Geschlecht häufig und tüchtig zu exerciren.

7. Einfache Kleidung zu tragen, der Natur gemäss, und sich nicht von den tyrannischen Launen der Mode abhängig zu machen.

Der Gründer dieser Gesellschaft ist Dr. J. Newton, der im Jahre 1811 ein Buch in englischer Sprache publicirte unter dem Titel: „Rückkehr zur Natur oder Vertheidigung der vegetabilischen Lebensordnung.“ Newton gründete in dem darauf folgenden Jahre einen Verein, der anfangs aus 100 Mitgliedern bestand. Der erste Rechenschaftsbericht erschien 1814 und aus demselben ging hervor, dass während 3 Jahre von 60 Personen, die nur von Vegetabilien lebten, niemand gestorben war. Die Familie des Gründers, 17 Personen und der Dr. Lambe, Nachfolger Newton's, befolgten 7 Jahre lang diese Lebensweise, und obgleich Kinder zarten Alters und ein Kranker unter denselben, so ist doch kein Todesfall oder schwere Krankheit in der genannten Zeit vorgekommen.

Diese statistischen Notizen erregten grosse Aufmerksamkeit; in den Salons von London sprach man nur von den

*) Die Uebersetzung des Graham'schen Hauptwerkes befindet sich gegenwärtig in den Händen eines tüchtigen vegetarianischen Arztes, der vielleicht das Erscheinen desselben in Deutschland möglich machen wird.

Kindern des Dr. Newton, als den Mustern der Gesundheit und als würdige Modelle für die Bildhauer. Dazu käme noch, dass in moralischer Beziehung ihre Gefühle zart und friedlich wären, worauf ihre Ernährung ganz besondern Einfluss habe.

Die Gesellschaft reorganisirte sich, den gegenwärtigen Prinzipien gemäss, im Jahre 1847. Seit dieser Zeit findet jedes Jahr in London eine Zusammenkunft dieses Vereins statt, wo zum Festmahle der Versammlung nur Vegetabilien genossen werden. Jedes Jahr*) wird ein Rechenschaftsbericht über die Fortschritte und Nützlichkeit des Systems veröffentlicht. „Das Pflanzenreich,“ heisst es unter andern, bietet einen unermesslichen Reichthum und Verschiedenheit in allen Klimaten dar, dass seine Productionen im natürlichen Zustande oder zubereitet, auch den begierlichsten Magen befriedigen kann.

Der Weizen, Roggen, Gerste, Reis, Tapioca, Mais, Hülsenfrüchte verschaffen substantielle Nahrung in allen Jahreszeiten. Jeder kann sich mit Aepfeln, Birnen, Pflaumen und sonstigen Früchten versehen und einen reichlichen Tisch sich herrichten, der Augen, Gaumen, Magen und Herz erfreut. Die Kartoffeln, die Gebäcke von Mehl mit Früchten, welche Fett und Butler ersetzen; eingemachte Gemüse für Leute, welche an Orten wohnen, wo es keine frischen Gemüse giebt, können diesen Mangel ersetzen.“

Die Gesellschaft citirt unter ihren Vorgängern des Alterthums Pythagoras, Porfyrius, Plutarch und Epikur; aus dem Mittelalter Th. Tryon; um die Mitte des 18. Jahrhunderts Dr. Cheyne; unter den neuen, Linné, Bernardin de Sainte Pierre, Franklin und andere

Das ganze System dieser Gesellschaft gründet sich wie die Mitglie-

*) Man könnte sich wundern, dass der Verein in 50 Jahren kaum 500 Mitglieder hat, in einer Stadt, die nahe an 3 Millionen Einwohner zählt. Aber die Rostbeef's, Beefsteak's, der Rum, Porter, Kaffee und vor allem der Thee, strawberry und goose berry-wine, ale etc., Plump-pudings etc. etc. sind doch gar zu liebe Lebensgefährten, und davon sich zu trennen — ist dasselbe, wie nicht mehr leben! —

der versichern, auf die anatomische Constitution des menschlichen Organismus, welche für Pflanzennahrung bestimmt ist.

Mexico, d. 8. Aug. L. Hahn.

Das Koffer'sche Grahambrod in Wien.

Den Lesern dieses Blattes in Wien dürfte es unseres Erachtens nicht unwillkommen erscheinen, die Bezugsquelle des echten, kräftigen und nahrhaften Grahambrodes, so wie selbes zur naturgemässen Diät unumgänglich nöthig ist, zu erfahren. Wir drücken hier gleichzeitig unser Bedauern aus, dass es uns erst nach einer nahezu zwei-jährigen Bemühung und in dieser Zeit nach wiederholten Versuchen nur durch Zufall gelungen ist, in Wien ein Grahambrod aufzufinden, das sich bereits in Nordhausen, Köln und vielen Städten Norddeutschlands, so wie in der Schweiz eines sehr guten Rufes erfreut und immer mehr an Verbreitung gewinnt. Wir haben in Wien, während 2 Jahren mit 3 Bäckern auf Grund der im „Naturarzt“ und in Baltzer's „Natürlicher Lebensweise“ angegebenen Bereitungsmethoden Versuche angestellt, Grahambrod zu erzeugen; doch das Brod, das gewonnen wurde, war nach dem Urtheile der Kenner kein Grahambrod. Nicht etwa weil die Bereitung und das Backen desselben gar so schwierig und kunstvoll wäre, nein, uns fehlte immer das Naturmehl (es musste zur Mischung — Kleie mit Mehl — geschritten werden, da die Müller das geforderte Mehl nicht lieferten) und so hatten wir wohl ein Brod, das für Kranke und Gesunde in Wien für das Beste gelten konnte, es war aber kein

Literarisches.

Von der vegetarianischen „Familienbibliothek“ des Grieben'schen Verlags in Berlin (Siehe No. 2 d. Bl.) sind ferner erschienen:

4. Lieferung: Die Ernährung des Menschen. Gekrönte Preisabhandlung von Dr. Lees. — Gesundheit, Glück und hohes Alter, oder wie soll der Mensch leben? Von A. Nicholson.
5. Lieferung. Weibliche Aerzte für Frauen, Mädchen und Kinder. Von E. W. — Gesundheit und Krankheit der Frauen. Von Prof. Dr. med. R. T. Trall.
6. Lieferung. Die Gefahren der Impfung und die Staatsmedizin. Zweite Auflage.

Ein Band von 6 Lieferungen 1 Thlr. Die einzelne Lieferung 7 1/2 Sgr.

Von Dr. med. Koch (Siehe No. 2 d. Bl.) erschien ferner ein Flugblatt im Selbstverlag: „Guter Rath, was zu thun, um gesund zu sein oder zu werden und zu bleiben“ und: „Ein Paar Worte über Lebensweise, Krankheit und Heilung.“

Th. Hahn's „Naturarzt“ No. 19—23 enthält: Schluss zum „Grundriss der Behandlung der Geisteskrankheit“. — „Die Zucker-Harnruhr.“ — „Aerztliche Erfahrungen und Bekenntnisse, die Cholera betreffend.“ — Eine Lähmung als heilsamer Vorgang. — Zur conservativen Chirurgie. — Unsere Beschuhung. — Zur Gypsverbandfrage. — Physiatica aus meinem Leben (von Lundahl!). — Erfahrung gegen Theorie in der Nahrungsmittelfrage. — Ferner Mittheilungen und Kritiken.

„El Semanario Ilustrado“ ist der Titel einer in Mexico erscheinenden illustrierten Wochenschrift. Es liegt uns No. 14 vom 31. Juli vor, worin eine Uebersetzung von Baltzers

Grahambrod. Der Zufall führte uns mit Herrn Koffer zusammen, einem seit 6 Jahren erprobten Vegetarianer, dessen Frau und Kind (ein blühender Knabe von 4 Jahren) ebenfalls vegetarianisch leben. Das uns von ihm vorgesezte Brod ist nach der Zeugenschaft der Sachkundigsten für das Beste erklärt. Wir glauben allen Vegetarianern in Wien und Umgebung einen Dienst zu erweisen, wenn wir hier die Adresse der Bezugsquelle ansetzen. Wien — Josephstadt — Lederergasse No. 32 beim Hausbesorger. NB. Die Anmeldung wolle einen Tag früher stattfinden.

Wien, im September 1868.

Franz Kubiczek,
Gründer des Vegetarianischen Vereins in Wien — Josephstadt
— Seitengasse No. 5. *)

Mitgliedschaft.

Dem Deutschen Verein für natürliche Lebensweise sind ferner beigetreten: Herr Alois Mollath, Commis, Wiesbaden; Herr Peter Heinrich Jacobs nebst Frau und drei Kindern in Gerdhahn bei Erkelenz; Herr Philipp Paulus, cand. philolog. in Salon bei Ludwigsburg; Herr Eduard Uibel, cand. juris in Villingen, Baden; Herr Gottfried Schuster, Kaufmann in St. Gallen; Herr Louis Hahn in Mexico; Herr Louis May (der bekannte Stadtverordnete) mit Frau und zwei Söhnen in Berlin; Herr Schaptag, Feingoldschlägerei-Besitzer in Nürnberg; Herr Heinrich Brendl, Kleidermacher in Leipzig, kl. Fleischerg.; Herr Ober-Post-Commissar Berends mit Frau und Tochter Marie, Erfurt. Amalie Keitz, in Diensten des Kaufmann Herrn Th. Poppe in Artern. Mit den Bisherigen: 222.

*) Alle Zuschriften wegen Beitritt wollen an den Gründer gerichtet werden.

„Natürliche Lebensweise“ gegeben wird mit Zusätzen des Uebersetzers Herrn Louis Hahn (unser dortiges Mitglied! siehe oben).

In dem „Hannover'schen Unterhaltungsblatt“ erscheinen von Herrn A. v. Seefeld vegetarische Aufsätze unter dem Titel: „Studien über Gesundheit und Krankheit“. In No. 87 geißelt er u. A. des Dr. G. Wertheim in Wien grausame Verbrennung von 30 Hunden bei lebendigem Leibe zu „experimentellen Studien“.

„Der Volksgarten.“ Illustrierte Blätter zur Unterhaltung und Belehrung — erscheint vom 1. October ab in Dresden, in neuer Gestalt, und verheißt u. A. Aufsätze von Dr. Ed.

Reich über Volksgesundheitspflege und „Die Vegetarianer“ von H. Oelbermann.

Von Eduard Baltzer erscheint so eben: Gott, Welt und Mensch. Grundlinien der Religionswissenschaft in ihrer neuen Stellung und Gestaltung, systematisch bearbeitet. Nordhausen, Ferd. Foerstemann. 2 Thlr. 10 Sgr. In diesem System der heutigen Religionswissenschaft findet auch der Vegetarianismus seine ihm gebührende Stelle.

Demnächst erscheint: „Vegetarianisches Kochbuch für Freunde der natürlichen Lebensweise“. Circa 3 Bogen. Zu beziehen durch den Herausgeber dieser Blätter. Preis ca. 7 1/2 Sgr.

Anzeigen.

Der Deutsche Verein für natürliche Lebensweise wird seinen Vereinstag — so schlägt der zeitige Vorstand hiermit vor — in der Pfingstwoche 1869 in der Rosstrappe im Harz halten. Wir glauben, dass diese Zeit und der Ort im Schooss der schönen Natur sich am meisten empfehlen. Etwaige Gegenstände bitten wir uns baldigst kundzugeben. Desgleichen bitten wir um Mittheilung von Anträgen für den Vereinstag. Die nächste No. dieses Blattes wird eine vorläufige Tagesordnung bringen.

Nordhausen, 6. November 1868. **Baltzer. Belitski.**

Herr Maschinenbauer **C. Hartmann** in Nordhausen, Bäckerstrasse 461 (Adresse genau zu schreiben), ist dabei, nach Vorbild der in meiner Haushaltung mit bestem Erfolge gebrauchten Maschine, Handmühlen zu bauen, um normales Schrotmehl für den Hausbedarf selbst herzustellen, Hülsenfrüchte vor dem Kochen zu zerkleinern u. s. w. Eine solche Mühle wird ohngefähr 10 Thlr. kosten. Dies zur vorläufigen Anzeige auf mehrseitige Anfragen. **E. Baltzer.**

Auf mehrseitiges Verlangen bemerke ich: 1) Das Abonnement (10 Sgr. No. 1--10 d. Bl.) wird am kürzesten durch Postkarten oder Briefmarken an mich eingeschickt. 2) Die „Natürliche Lebensweise“ — die „Reform der Volkswirtschaft“ — „Briefe an Virchow“ — und „Pythagoras“, sowie das oben angezeigte Vegetarianische Kochbuch bin ich gleichzeitig mit zu versenden bereit. —

E. Baltzer.

Briefkasten. Herrn Dr. K. in H.: Ich bin in dieser Sache nicht competent. An Viele: Der jetzige Umfang des Blattes gestattet mir nicht, von Ihren Mittheilungen Gebrauch zu machen. Nur das Kürzere und Wichtigste wird gelegentlich folgen.

Selbstverlag des Herausgebers **Eduard Baltzer** in Nordhausen.
In Commission bei **Ferd. Fürstemann** daselbst.

Druck von **Th. Müller** in Nordhausen.

Vereins-Blatt

für Freunde

der natürlichen Lebensweise (Vegetarianer).

N^o 5.

Nordhausen, den 18. December

1868.

Motto: Sokrates nannte den Hunger die beste Zukost; Pythagoras aber meinte: Keinerlei Unrecht thun, der Gerechtigkeit aber sich freuen, das ist die beste Zukost; denn das Vermeiden des Thieressens ist das Vermeiden der Ungerechtigkeit in der Ernährung. Porphyr. Apoche III, 26.

Die Wege zur natürlichen Lebensweise.

7. Die Religion.

Wenn man in China, Japan, Indien, Aegypten u. s. w. in Folge alter religiöser Satzungen vegetarisch lebte und noch lebt, wenn Essener und Pythagoräer desgleichen thaten, vielleicht weil die Lehre von der Seelenwanderung sie dazu vorzugsweise antrieb, und wenn die Bostoner Gemeinde es thut, weil es im Moses so von Gott offenbart sei, so ist das und Aehnliches allerdings ein religiöser Beweggrund, der zur natürlichen Lebensweise führt. Wir haben keinen Grund, jenen Völkern und Gemeinschaften das Recht zu verkümmern, ihrem Gewissen zu folgen, und der Weg, den sie desfalls betreten, — mag ihr Beweggrund gewesen sein, welcher es wollte, ist nicht zu beklagen, sondern zu preisen, zumal unter Anderem Ein Motiv mitwirkte, welches wir, wie wir sehen werden, auch heute anerkennen müssen.

Allein, was den Alten Religion gewesen, ist es deshalb noch nicht

für uns. Auch dass in der That die älteste Bibellehre der Vegetarianismus ist, hat für uns nur historischen Werth, keinen unmittelbar religiösen. Es fragt sich also, ob von unserem heutigen Standpunkte der freien menschlichen Selbstbestimmung ein religiöser Weg zu unserem Tempel möglich und vorhanden ist. Je heftiger wir in dieser Hinsicht angegriffen sind, desto ruhiger wollen wir unsere Ueberzeugung aussprechen.

Um uns aber — Menschen allerlei „Bekanntnisse“ — wenigstens zu verstehen, ist es nöthig, vom Begriff der Religion auszugehen. Diese ist nämlich in der That nichts Anderes, als das Gewissensleben des Menschen, nur dass es der Eine dann jüdisch, der andere christlich, der eine katholisch, der andere protestantisch, der eine paulinisch, der andere apollinisch arten lässt. Können wir nun, das Gemeinsame festhaltend, uns nicht gegenseitig volles Gewissensrecht einräumen? Und wenn wir auf dem gemeinsamen Boden weder jüdisch noch christlich, weder apollinisch noch paulinisch, sondern anders, und etwa grundsätzlich

der Ansicht wären, dass eben jenes heilige Gewissensrecht und Gewissenspflicht selbst, in freiem Wachsthum, die rechte Religion sei, kannst du das verdammen?

Gut denn, so höre mich an.

Wir finden uns in der Welt ohne unser Zuthun vor, und erkennen — in Allem, was Menschenantlitz trägt, unseres Gleichen an. Eben deshalb haben wir aufgehört, Kannibalen zu sein, die sich untereinander tödten und verzehren; wir sind zur Erkenntniss der Menschenrechte und Menschenpflichten gekommen und suchen sie zu erfüllen.

Aber wir finden um uns her noch andere Kreaturen unendlicher Art, und unter ihnen solche, die, wie schon die Alten sich vollbewusst gesagt haben, zwei Eigenschaften unseres geistigen Menschenlebens mit uns gemein haben: Gefühl und Erinnerung.

Geschöpfe, die dies Beides in wahrnehmbarer Weise zeigen, nennen wir Thiere. Wir wissen wohl, dass diese Grenze eine verschwimmende ist, aber für unseren gegenwärtigen Zweck genügt es vorerst vollkommen, die Grenze da zu ziehen, wo diese Wahrnehmbarkeit für uns eintritt.

Wenn nun die Alten sagten, des Menschen Seele wandere durch die Thiere, in diesen sei also eine uns verwandte Seele, daher man die Thiere nicht tödten und essen dürfe, so war das freilich ein Aberglaube, der auf ungenügender Kenntniss des menschlichen und thierischen Organismus beruhte. Heute aber finden wir den beiderseitigen Organismus so beschaffen,

dass wir in beiden, in Thier und Mensch ein gewisses ähnliches Seelenleben doch auch vorfinden, in welchem Gefühl und Erinnerung ebenso unzweifelhaft uns hervorleuchten, wie unseren römischen, griechischen und sonstigen Vorfahren.

Nun befinden wir uns auch bereits in glücklicher Uebereinstimmung mit allen gebildeten Menschen in sofern, als wir Alle anerkennen, dass die Thiere in Folge ihrer uns verwandten geistigen Eigenschaften gewisse Rechte an uns, wir gewisse Pflichten gegen sie haben.

Thatsächlich anerkannt wird dies durch die Gesetze, welche in allen gebildeten Staaten die Thierquälerei bestrafen. Diese Gesetzgebung beruht auf dem allgemeinen humanen Gefühl, dass ein Thierquäler ein roher Mensch ist, der sich selbst nicht achtet, und von dem daher auch für Alles Andere, für Thiere und Menschen, Missachtung zu fürchten ist. Dies mit den Thieren sympathische Gefühl ist in uns um so stärker, je mehr jene in unserer Gemeinschaft durch Gefühl und Erinnerung sich an uns attachiren, und den meisten Menschen würde es sehr grosse Ueberwindung kosten, wenn sie ein solches ihnen lieb gewordenes Thier mit eigenen Händen umbringen sollten. Von Kind auf begleitet uns ein solches Gefühl und schlägt trotz aller blutigen Gewohnheiten oft genug lebhaft durch — und wird so mit zum Träger der angeführten Gesetze.

Also ein Rechtsverhältniss zwischen Thier und Mensch ist in unseren Gefühlen, Einsich-

ten und Gesetzen anerkannt. Es wird sogar schwerlich bestritten werden, dass je weniger unter Menschen dies Rechtsverhältniss anerkannt und beobachtet wird, die Rohheit desto grösser ist, und umgekehrt, dass, je mehr man in seinem Thun und Lassen jenem Rechts-Verhältnisse Rechnung trägt, die Bildung, die Humanität desto grösser und allgemeiner ist.

Mit dieser Thatsache, die Niemand bestreiten wird, ist aber schon ausgesprochen, dass es eine religiöse Angelegenheit ist, um die es sich handelt. Denn wenn die Religion das Gewissensleben im Menschen ist, das Gutes und Böses, Recht und Unrecht scheiden und demgemäss handeln soll, ja wenn die Religion, in ihrer Vollkommenheit gedacht, die göttliche Liebe des Guten, das innige Thun des ewig Rechten selbst ist, — wer wollte noch sagen, dass unsere Stellung zur animalischen Welt nicht eine solche sei, die ihre religiöse und sittliche Seite hat?

Doch darüber herrscht ja unter allen Denkenden Einverständniss. Nur über das Maass dieses Rechts der animalischen Welt uns gegenüber, und folgeweise über das Maass unserer Pflicht gegen sie herrscht Meinungsverschiedenheit.

In dieser Hinsicht stimmen wir aber ferner noch Alle einen Schritt weiter darin überein, dass wir ein Recht haben, Thiere zu tödten, nemlich, wo es die Nothwehr direct oder indirect erfordert. Hierüber kann umsoweniger Streit sein, als wir uns ja den Menschen gegenüber dasselbe Recht Alle beilegen.

Die Meinungsverschiedenheit beginnt also erst da, wo wir sagen, ausser in der Nothwehr — den Begriff im weitesten Sinne genommen — hat der Mensch kein Recht, das Thier zu tödten. Wir erinnern uns auch nicht, je einen Versuch gehört zu haben, dies angebliche Recht zu erweisen: es lief Alles dergleichen stets nur auf den berühmten Grund hinaus, „denn ich bin gross und Du bist — klein“, d. h. es steht dies angebliche „Recht“ in der Klasse des „Faustrechts“ — des „Kriegsrechts“, des „Eroberungsrechts“ u. s. w., das heisst aber wieder Alles nur, dass „Gewalt vor Recht geht“. So lange uns also ein Beweis für das angebliche Recht, Thiere nach blossem Belieben zu tödten, nicht erbracht ist, werden wir es als eine religiöse Pflicht ansehen, sie leben zu lassen, ihr Dasein zu schonen, wie das natürliche Gefühl es uns eingiebt.

Man wendet ein, wir bedürfen der Thiere (und also des sie Tödtens), um allerlei Producte daraus zu benutzen: Pelz gegen den Frost, die Haut zu Stiefel und Schuh u. s. w. Hiergegen ist aber zweierlei zu sagen. Erstens sind diese Bedürfnisse sämmtlich keine schlechthin nothwendigen. Wir können mit anderen Stoffen uns gegen Kälte schützen, und können übrigens mit dem Fell der doch sterbenden oder getödtet werden müssenden Thiere uns kleiden. Wir können das Leder ersetzen, soweit es mangeln sollte, durch künstliche Stoffe aus Kautschuck u. s. w., wie wir den Gänsekiel durch die Stahlfeder ersetzt haben. Sodann aber ist zu

sagen, dass dergleichen „Bedürfnisse“ überhaupt kein „Recht“ umstossen können, wenn dies überhaupt besteht, sonst müssten wir auch Menschen tödten dürfen, wenn wir etwa dringendes Bedürfniss nach ihren Scalpen oder sonst etwas hätten.

Der Mensch hat diese „Bedürfniss“-Theorie aber noch viel weiter ausgedehnt und sagt, er bedürfe den Körper des Thieres sogar zu seiner Nahrung, er könne ohne das nicht bestehen, und deshalb tödtet er die Thiere nicht bloss sondern er züchtet sie, um sie zu schlachten und zu verzehren.

Hiergegen ist einfach dabei stehen zu bleiben, dass die Behauptung eines solchen unentbehrlichen Bedürfnisses einfach nicht wahr ist. Ein solches Bedürfniss besteht nicht nur nicht — ausser in der menschlichen Einbildung —, sondern seine Befriedigung wirkt sogar schädlich auf die Gesamtnatur des Menschen ein.

Dass dieses eingebilddete Bedürfniss nicht in der Natur begründet ist, folgt einfach daraus, dass wir Menschen, und zwar seit Jahrtausenden, ohne Genuss geschlachteter Thiere viel gesünder, kräftiger und fähiger leben können — wie die Erfahrung täglich beweist. Dass aber das Fleischessen mit Zubehör sogar gesundheitschädlich ist, dafür liefern wir so theoretisch wie praktisch die Beweise, so dass es selbst einem Virchow nicht gelingen konnte, das Fleischessen siegreich zu vertheidigen (s. meine „Briefe an Virchow“).

Die Bedürfnissfrage ist also ein kläglicher Versuch, das sonst anerkannte Recht umzu-

stossen. Ja, es ist nicht schwer, unser natürliches Gefühl sich so weit wieder zurecht finden zu lassen, dass es uns völlig widerstrebt, ein Thier erst aufzuziehen, um es schliesslich todzuschlagen und gar aufzuessen. Nur die Gewohnheit hat Manchem das zur anderen Natur werden lassen.

Wenn wir also auch nicht sähen, dass die anatomische Natur des Menschen uns zum Fruchtsessen bestimmt hat; wenn wir nicht wüssten, wie wir durch animalische Stoffe dieser Art unseren Leib zu einer widerlichen Unreinheit verdammen und den Grund zu vielen Leiden legen; wenn wir Nichts merkten davon, dass unser Schlachtvieh sammt und sonders krank, zum Theil ekelhaft krank ist, und wir uns schon aus diesem Grunde damit vergiften; wenn wir keine Ahnung hätten von den Consequenzen des Thieressens in moralischer und socialer Hinsicht, — wir würden aus der Erkenntniss und dem Gefühl heraus schon es unterlassen, dass wir damit eine Pflicht verletzen, die der vollbewusste Mensch sehr wohl erkennt, ein Gefühl ertödteten müssten, das in jedem Kinde neu geboren wird zum Beweise, dass es die gute Mutter Natur so gewollt hat.

So ist es uns denn eine religiös-sittliche Pflicht, des willkürlichen Thiertödtens und nun gar des Verzehens ihrer Leichen uns zu enthalten; ja, wir vermögen nur den als Vegetarianer anzuerkennen, dessen Bewusstsein durch alle etwaigen Nebenwege hindurch sich zu diesem religiös-sittlichen Standpunkt erhoben hat. Ihm erst ist der „Verzicht“ keine Entbehrung

mehr — er ist ihm eine Erlösung aus schwerem Irrthum mit seinen physischen und geistigen Folgen. Ihm erst liegt die Natur in voller Harmonie vor Augen, und des Geistes Reich gestaltet sich friedereich aus und tilgt die letzten Spuren der Barbareien, durch welche wir gegangen sind.

So sagen wir denn mit Paulus: „wir haben des Alles Macht, — aber es frommt nicht Alles“, und mit Jesus: wer den Willen des Gottes, der — uns Alle — gesandt hat, thun will, der wird es ja erkennen, ob wir eine ewige Wahrheit oder einen menschlichen Wahn vertreten; und wem es beliebt, uns zu belächeln, weil wir leben wollen ohne willkürliches Thiermorden, der thäte besser zu weinen über sich und unser armes Geschlecht, das im Grossen keine Ahnung hat von der tiefsten Quelle seines Elends.

Das Neueste aus der Carnivorenwelt, oder:

Frisches Thierblut als Nahrungsmittel für Menschen.

„Das Blut ist das beste aller Nahrungsmittel und doch wird es nur selten als solches verwendet!“ Bock, Buch v. g. u. k. M. Dem Manne kann geholfen werden! Denn am 22. Septbr. d. J. hielt ein Dr. Isidor Glück aus Liverpool in der Versammlung deutscher Naturforscher und Aerzte in Dresden einen Vortrag über das rohe Thierblut, wie es frisch aus den Adern kommt, als Nahrungsmittel, welches er, weil die essentiellen Bestandtheile des Fleisches enthaltend, essence of meat (Fleisch-Essenz)

nannte. Er empfahle als vortreffliches Nahrungsmittel und als ganz ausgezeichnetes Heilmittel (?) vorzüglich für Schwindsüchtige sowie an Bleichsucht und Blutarmuth Leidende u. zwar in der Form einer Suppe, welche er die animalische nannte (in Wasser gekochter Reis, Gries etc., dem frisches Kälber- und Rinderblut beigefügt wird). Glück will nach vielen mühsamen, langwierigen und kostspieligen Versuchen an Gesunden und Kranken endlich zu dem glücklichen Resultate gekommen sein, dass seine von ihm erfundene animalische Suppe die übliche vegetabilische Suppe mit Bouillon an Nährhaftigkeit bei Weitem übertriffe, eben so wie an Wohlgeschmack; auch soll dieselbe lange Zeit, ausschliesslich aller anderen Speisen, als einziges Nahrungsmittel genügen! Es wurde solche animalische Glück'sche Suppe den Anwesenden in der Versammlung zum Kosten gegeben, wen es darnach gelüstete! Dr. Glück theilte noch mit, dass seine damit gemachten Erfahrungen in einer Suppenanstalt in Liverpool ergeben, wie der Hunger beim Proletariat das religiöse Vorurtheil bezüglich des Genusses von rohem Thierblut zwar überwinde, bei den andern bemittelten Klassen aber letzteres doch stärker gewesen sei als alle seine Ueberredungsgabe!

Was lernen wir daraus? Einerseits, dass es Einen wundern muss, wie der fleisshessende Mensch nicht schon lange auf den Gedanken kam, dass der Stoff oder die Flüssigkeit, aus der das Fleisch erst wird, noch nahrhafter sein muss, als jenes; andererseits, dass der Instinct der Menschen, fast noch mehr als beim Fleischgenuss, hier sein Recht geltend macht und gegen den Genuss rohen Blutes den Ekel stark hervorruft; es bedarf in der That einer Bemäntelung, um sogar beim hungern-den Proletarier, der sonst lieber ver-

hungern würde, das rohe frische Blut als Nahrungsmittel einzuführen und zwar in der vegetabilischen Suppenform, der man jenes beimischt. Zum Trinken rohen warmen Thierblutes hat man es bis jetzt bei uns mit wenigen seltenen Ausnahmen noch nicht gebracht! Baron Liebig könnte hier nochmals in den Annalen des Sarkophagenthums sich unsterblich machen durch Angabe eines Blutextractes, welcher noch wirksamer wäre als sein famoser Fleischextract, mit welchem er dann gleichzeitig in den süd-amerikanischen Fabriken angefertigt werden könnte. Es ist doch wahrlich ewig Schade um das viele frische Rinder- und Ochsenblut, das dort ganz unbenutzt davon läuft und doch so viele hungrige Proletarier in Europa in Extractform sättigen würde. Aber damit auch die kleine Menschenbrut des civilisirten Europa's bei diesem Veranimisierungswerk nicht leer ausginge, so schlage ich vor, ihr anstatt des üblichen vegetabilischen Lutschbeutel (Schmullers, Schlogers) einen animalischen zu substituiren, etwa in der Form eines so eben geköpften Sperlings, an dem der junge Weltbürger dann seine Saugerei weiter fortsetzen könnte, wenn seine Mama keine Milch mehr für ihn hat! Ich verzichte aber gern auf das Patent, diese animalische Lutschbeutelidee praktisch zu verwerthen, ich will das einem zweiten Dr. Glück überlassen, und vielleicht dann — kein Croup, keine Diphteritis mehr!! Für die Leser dieses Blattes braucht es wohl keine weitere Schlussfolgerung aus dem Mitgetheilten, als dass es hohe Zeit ist, dieser Verbestialisierung unserer Race, die anatomisch nur für vegetabilische Nahrung (ungemischte Kost) vorgesehen ist, nach Kräften entgegen zu arbeiten, damit unsere vegetarianischen Epigonen dermaleinst nicht noch selbst von Jenen aufgefressen werden, denn vom Thierblut zum Menschenblut ist's nicht mehr weit.

G. W. in Dr.

Ein activer Militär!

Unser verehrtes Mitglied in Stuttgart, bisher in Ulm, schreibt unter Anderem:

„ — — Ich gehe zwar von dem Grundsatz aus, keine Proselyten zu machen und nur, wenn ich über meine Lebensweise befragt werde, nähere Auskunft zu ertheilen unter Mittheilung der in meinem Besitze befindlichen Litteratur über Vegetarianismus; aber von den Vielen — nicht Leidenden — hat sich nur ein Einziger zu einem Versuche bewogen gefunden. Dieser lebt auch jetzt noch als Vegetarianer. Die grosse Mehrzahl meines Bekanntenkreises ist eben noch zu sehr den Aerzten tributär und fragt bei Allem zuerst diese um Rath, — und diese sind bei uns zum grossen Theile von der Vortrefflichkeit der Heilmittellehre in zu hohem Grade überzeugt, als dass sie einer, wenn auch noch so durchgreifenden Aenderung in der Diät einen erheblichen Einfluss auf den kranken Körper zugestehen sollten, ohne dass zugleich Arzneien gebraucht werden.

Zwar verbieten sie bei acuten Krankheiten in höchsten Stadien derselben auch den Genuss des Fleisches, halten dieses aber zur Kräftigung des Kranken nach Abwendung der höchsten Gefahr für unentbehrlich.

Bei der Anführung von „Garibaldi's einfacher Diät“ kam mir meine Lebensweise im Feldzuge von 1866, den ich zum grösseren Theil noch zu Fuss mitmachte, in lebhafter Erinnerung. Ich habe während dieser 5 bis 6 Wochen nur von Brod, Obst, Butter, etwas Käse und hier und da einer Omelette gelebt, ohne die geringste Abnahme meiner Kräfte zu spüren (!) im Gegentheil war ich unter meinen Kameraden rüstiger, als manche der jüngsten (!) u. habe Nichts entbehrt (!), während Erstere die ihnen eine Zeitlang auferlegte Enthaltung vom Fleischgenuss und den gewohnten Getränken sehr schmerzlich empfanden.

Wir Freunde einer natürlichen Lebensweise werden noch lange, sehr lange mit den Vorurtheilen der gegenwärtigen

Gesellschaft zu kämpfen haben, sowohl mit dem gelehrten, als ungelehrten Theile derselben.

Am unangenehmsten empfinde ich die Schwierigkeiten bei Durchführung der fleischlosen Diät mit meinen Kindern. So kommt nächsten Monat ein Sohn von mir aus dem elterlichen Hause, für welchen die Enthaltbarkeit von Fleischspeisen geradezu zur Unmöglichkeit wird; ausserdem ist kaum zu vermeiden, dass Kinder bei Besuchen von Verwandten theilweise Fleischsuppen und mit Fleischbrühe gekochte Gemüse etc. geniessen müssen.

Zum Schlusse spreche ich die Hoffnung aus, dass unser Verein von Monat zu Monat an Mitgliedern zunehmen und gedeihen möge und sich uns noch vor dem Scheiden vom irdischen Schauplatz die Aussicht eröffnet, dass der Same, den wir gesäet, zum Heile der Menschheit, und unseres deutschen Volkes insbesondere, im Aufgehen begriffen ist.

Mit der Versicherung aufrichtigster Hochachtung

Ihr ergebener

Knörzer, Major.

Ulm, 7. October 1868.

Herrn N. in E.

In Ihren „Notizen“ wenden Sie sich gegen zwei Punkte der „natürlichen Lebensweise“. 1) Mit dem „Instincte gingen wir zu weit“. 2) Die „natürliche Diät“ sei keineswegs so viel billiger, als wir gesagt; bei den jetzigen Preisen würden sich die Ansprüche an eine bürgerliche Kost gleichbleiben.

Was den Instinct betrifft, so dürfen wir, um diesen festzustellen, nicht Bezug nehmen auf „Ziegen, die man auch an Fleisch gewöhnen kann“, noch auf Spielkinder der jetzigen „civilisirten“ Generation, die auch „die Frucht des Seidelbaststrauchs“ zum Munde führen würden. Das ist der schon verdorbene Instinct. Wenn aber eine Ziege im wilden Zustand, wo sie von Natur hei-

misch ist, das Fleisch den Kräutern etc., oder ein Kind von Eltern, die schon der natürlichen Lebensweise absolut gefolgt sind, die Seidelbastfrucht der Muttermilch, oder wenn es schon einige Jahre zählt, einer süssen Brodfrucht vorzieht, dann will ich gern sagen, dass ich bezüglich des Instincts zu viel behauptet. Sie werden aber diese Erfahrungen niemals machen.

Was die Billigkeit betrifft, so habe ich mich in meiner Schrift „die natürliche Lebensweise“ S. 121, wie ich glaube, sehr bestimmt ausgedrückt, und Sie haben diese Daten nicht bestritten. Ebendort habe ich S. 38 gesagt, dass auch nach „Humboldt, Liebig und vielen anderen Autoritäten die Fleischkost eine zehnfach theurere Kost ist, als die Brodnahrung“. Ich hätte noch hinzufügen können, dass in südlicheren Zonen, wie Humboldt ausdrücklich bestätigt, das Verhältniss zu meinen Gunsten wächst. Sie fordern mich aber auf, im Vereinsblatt zu bekräftigen, dass beide Diäten ohngefähr gleich theuer seien, da meine Hausfrau doch gewiss nicht 10% erspart hätte.

Ich bin nun der Meinung, dass es zur Sache gar nichts thut, ob ein einzelner Vegetarianer für seine Küche weniger, gleich viel oder mehr ausgiebt, als vordem nach carnivorer Art (cfr. „natürliche Lebensweise“ Seite 121) Liegt Ihnen aber an Beispielen, so bin ich gern bereit, Ihnen solche privatim zu erhärten, wo Einer in 2 Jahren von seinen Ersparnissen am Tisch seine Schulden erheblich tilgte (und dabei gesund geworden!), ein Anderer davon einen Flügel anschafft, ein Dritter und Vierter Aehnliches leistet. Doch das ist ja Jedes eigene Sache. Rechnen Sie aber gefälligst einmal mit Liebig! Da liegt mir eben seine Abhandlung in der „Neuen Landwirthschaftlichen Zeitung von Dr. Frühling, 1868“, II. Heft, vor, worin er sagt: „Wenn man berechnet, wie viel

Geld wir ausgeben für die Beschaffung der Fleisch-Albumina'e, die wir im Fleische kaufen, und was uns die nämlichen Stoffe in der Form von vegetabilischen Albuminaten kosten, so stellt sich zu Gunsten der letzteren ein grosser Unterschied heraus; wir bezahlen im Fleisch den zehn- bis zwölffachen Preis als für die Albuminate des Pflanzenreichs, obwohl sie keinen grösseren Werth für die Ernährung haben“. Folgt Specialberechnung, nach welcher 13 Pfund Weizen-Albuminate so viel kosten, wie 1 Pfund Fleisch-Albuminate. (Vergl. nebenstehend: „Billig oder theuer?“)

Vergleichen Sie hiermit, was ich in meiner „Reform der Volkswirtschaft“ im Capitel von der Landwirtschaft S. 16 ff. gesagt habe, und was Sie — wie ich eben erfahre — in der 7. Auflage von Roscher's Nat.-Oek. S. 264 bestätigt, ja überboten finden können, so werden Sie gestehen müssen, dass mein Artikel „Ersparniss“ in voriger Nr. mit grosser Mässigung geschrieben ist.

War es Ihnen aber vielleicht mehr um Belehrung Anderer zu thun, so erlauben Sie mir ein altes Geschichtchen in Erinnerung zu rufen. Einst beklagte sich ein vornehmer Mann bei Sokrates, dass es in Athen sehr theuer zu leben sei, und rechnete ihm vor, wie viel der Purpur, die feinen Weine und ausgesuchten Speisen kosteten. Sokrates ging mit ihm in verschiedene Läden, wo Lebensmittel verkauft wurden. Mehl und Oliven, die in der Gegend wuchsen, kosteten sehr wenig. Dann fragte er in einem Laden, wo grobes Zeug zur Kleidung um geringe Preise zu haben war. Siehe, sagte er dann, ich finde es ganz wohlfeil in Athen!

Vielleicht giebt es unter den Freunden der natürlichen Lebensweise andererseits Einige, die etwas darin suchen, sich Entbehrungen in Speise und Trank aufzulegen. Sie haben mit der „Entbehrung“ schon ihre Strafe und müssen sich auch an Sokrates erinnern lassen. Einer seiner Schüler

wollte seinen Lehrer in der Gleichgültigkeit gegen äussere Güter übertreffen und ging, um dies zu zeigen, in einem zerrissenen Mantel. Freund, Freund, rief ihm Sokrates einst zu: Durch die Löcher Deines Mantels schimmert aller Orten Deine Eitelkeit hervor! E. B.

„Billig oder theuer?“

Albuminate nennt man die Gruppe von Stoffen, aus welchen das Albumin des Blutes entsteht und die daher unsere hauptsächlichsten Nährstoffe bilden. „In grösster Menge, sagt Liebig, finden sie sich in den Samen der Getreidearten vor“ und stellt (in einer Abhandlung in Auerbach's Volkskalender für 1869) eine interessante Berechnung an. Danach bezahlen wir für das Pfund Albuminate in

Milch (das Maass à 2 Zollpfd. = 18 Pf.) über	8 Sgr. — Pf.
Käse, gewöhnlicher	13 „ — „
Tafelkäse à Pfd. 8 Sgr.	20 „ — „
Hühnereier	27 „ — „
Fleisch	11 „ — „
Weizenmehl	— „ 4 „
Erbsen	— „ 9 „

Man sieht daraus, dass Eier für uns die theuerste Nahrungsmittel sind, dass aber Cerealien, Hülsenfrüchte und von den vom lebenden Thiere stammenden Nahrungsmitteln die Milch die billigsten Nahrungsmittel bietet.

Das ist es, was wir von Anfang gelehrt, und welche fabelhafte Vergeudung die „National-Oekonomie“ treibt, haben wir im zweiten Heft der „Natürl. Lebensweise“ gezeigt. Auch Liebig sagt: „In Beziehung auf die Ernährung des Menschen ist die Praxis um ein Jahrhundert zurück.“ . . . „Es könnten viele Millionen Menschen mehr in den deutschen Vereinsstaaten täglich gesättigt werden, wenn“ . . . man nur wenigstens das Schrot-Brod einführt (S. 146) — aber sagt er: „die grosse Masse hat in Sachen der Gewohnheit einen harten Kopf, härter als ein Schmiedeamboss, auf den ein paar

tausend Schläge erst einen merklichen Eindruck machen — obwohl die Ernährungsgesetze so einfach sind, dass sie ein Knabe versteht!“ E. B.

Einer unter Vielen!

Geehrter Herr! Seit einem Zeitraum von 1 1/2 Jahren huldige ich in consequenter Weise der natürlichen Lebensweise (ohne Fleisch und Blut) von deren Wahrheit ich durch meinen Freund, den Ihnen bekannten Herrn Dr. Isehorst in Heidelberg, sowie durch die Lecture Ihres vortrefflichen kleinen Buchs „Die natürliche Lebensweise u. s. w.“ überzeugt worden bin. Ich habe dadurch ein mich seit meinem 17. Jahre halb, und lange Zeit vollständig zum Studium unfähig machendes Leiden (Blutarmuth, mit den gewöhnlichen Störungen aller Körper-Funktionen, insbesondere auch Lungenverdichtung), ein Leiden, das von bedeutenden Aerzten vergebens bekämpft wurde, insoweit vertrieben, dass meine vollständige Besserung in Aussicht stehen dürfte.

Schon länger hat es mich gedrängt, Ihnen meinen Dank für Ihre Schriften auszusprechen und dabei zugleich meinen Beitritt zu dem Vereine von Freunden naturgemässer Lebensweise zu erklären. Ich thue das jetzt, indem ich zugleich an Sie die Bitte stelle, mich als Abonnent der von Ihnen redigirten Zeitschrift für naturgemässe Lebensweise zu betrachten.

Genehmigen Sie etc.

Arnold Horn,

Rechtspraktikant.

Emmendingen (Baden), 6. Decbr.

Warnung für Kaffeetrinker.
Ein Selbstbekenntniss.

In meinem väterlichen Hause gehörte der Kaffeegenuss früh und Abends zu den täglichen Lebensgewohnheiten und ich glaubte schon seit meinem 8. Jahre, dass dieses Getränk, da es mich immer

erregte, zu den angenehmen ja nährenden Genussmitteln zu zählen sei. Während meiner Studienjahre in Prag trank ich regelmässig Abends, wenn ich die ganze Nacht am Studirtische ausharren wollte, schwarzen Kaffee, verschuchte damit vollends den Schlaf, ohne dabei die grosse Nervenaufrregung, die während der ganzen Nacht anhielt, zu berücksichtigen. Gleichzeitig trat aber nach jeder durchwachten Nacht Abspannung aller Kräfte ein, die ich nie berücksichtigte und nur dem Mangel an Schlaf zuschrieb. In meinem 20. Lebensjahre ward ich in der Nacht, als ich vom Studirtische gegen 4 Uhr Morgens aufstehen wollte, ohnmächtig, und gleichzeitig, da der herbeigerufene Arzt den Typhus abdominalis prognostizirte, ins Krankenhaus gebracht. Nach 4 Tagen brach wirklich der Typhus mit allen seinen fürchterlichen Qualen aus und ich schwebte durch volle 6 Wochen zwischen Tod und Leben. Nach 2 1/2 Monaten wurde ich als geheilt in die Heimath geschickt und erholte mich zusehends, ward aber wieder leidenschaftlicher Kaffeetrinker, da ich denselben 2 - 3 bis 4 mal täglich genoss. Meine Schlaflosigkeit, Nervenaufrregung, Appetitlosigkeit und ein Heer anderer Leiden stellten sich ein, die ich nachmals alle meiner Lebensbeschäftigung als Beamter nur aber nicht dem Kaffee zuschrieb. Aerzte die ich consultirte, sprachen einstimmig, als ich sie über meinen leidenschaftlichen Kaffeegenuss interpellirte: „Schwacher Kaffee schadet Ihnen nicht“; und ich trank weiter, indem mich diese Aufklärung vollends beruhigte. Es sei hier bemerkt, dass ich seit meinem 20. bis zum 33. Lebensjahre diesem leidenschaftlichen Genuss fröhnte, und mehrere hervorragende Aerzte über mein Nervenleiden zu Rathe zog. Medicamente, Bäder, etc. blieben fruchtlos. Ende 1866 fiel mir Hahn's ausgezeichnetes Buch: „Naturgemässe Diät“ in die Hände. Ich stutzte und wandte mich erst im

März 1867 an den Verfasser, der mich durch einen Brief in meinem Vorsatze Vegetarianer zu werden, bestärkte und mir jede reizende Diät untersagte. Ich ward vom März 67 Vegetarianer und habe meinen Gesundheitszustand seit jener Zeit derart verbessert, dass ich mit der Zeit meine völlige Genesung erwarte. Der Schlaf, den ich in den letzten 10 Jahren durch den Kaffee vollends zerstört, ist dermalen ruhig und ununterbrochen, der Kopf leicht und heiter, frei von der drückenden Melancholie, das ganze Nervensystem scheint beruhigt, da es den zerstörenden stimulus verloren, meine Reizbarkeit, Empfindlichkeit und Verstimmung scheint durch das neue Regimen vollständig gebannt. Mögen diese Zeilen alle Leser, die dem Kaffee huldigen, zum Nachdenken und zur Selbstbetrachtung bewegen

F. Kubiczek in Wien.

~~~~~  
**Kochbuch.**

Von verschiedenen Seiten veranlasst, hat die Redaction ein vegetarianisches Kochbuch veranstalten lassen, wie am Schluss d. Bl. angezeigt ist.

Wenn hier und da unter uns ein Vegetarianer „ohne Küche“ leben will, so braucht er sich ja durch ein „Kochbuch“ in seinem Vergnügen durchaus nicht stören zu lassen. In einem tropischen Klima würden wir sogar vielleicht seinem Beispiele folgen. In unserem Klima, an unsere Getreidecultur gewiesen, werden wir eine „Küche“ für nöthig halten müssen, schon um Brod zu bereiten, Kartoffeln geniessbar, manches Obst angenehmer zu machen u. s. w. Kaum aber bedürfte diese einfache Kunst ein anderes Kochbuch, als das, welches wir hier auf zwei Spalten liefern könnten.

Allein die Erfahrung lehrt, dass sehr viele Menschen sich in Folge der uralten Gewöhnung gar nicht vor-

stellen können, dass man bei so einfacher Diät bestehen könne, geschweige denn besser bestehen, als bei der blutigen Diät, und noch viel weniger begreifen sie, dass man bei unserer Diät in Summa viel genussreicher existirt. — weil das eben nur länger und consequent fortgesetzte Erfahrung lehrt. Die Meisten werfen daher unsere Diät von vorn herein und ohne Prüfung.

Manche von ihnen würden eine solche längere Prüfung doch aber versuchen, wenn sie ohne zu viel Schwierigkeiten ein Bild dieser veränderten Lebensweise vor sich hätten, wenn sie dabei sich nicht gar so weit von aller hergebrachter Sitte entfernten u. s. w. Wenn nun feststeht, dass das Fleischessen die Wurzel alles Uebels ist — und darin sind alle Vegetarianer einverstanden —, so wäre ja schon sehr viel gewonnen, wenn ein „Kochbüchlein“ hülfe, die Menschen von dieser Kette zu befreien. Das Weitere findet sich dann von selbst.

Uebrigens sind wir der Meinung, dass wir Alle Vieles aus dem Büchlein werden nutzen dürfen, ohne auch strengen Grundsätzen untreu zu werden, wenn wir auch wünschen müssen, dass unsere Hausfrauen sich von den „Küchensorgen“ zu einem grossen Theil befreien und nöthigeren Arbeiten, edleren Künsten und beziehungsweise schöneren Freuden sich zuwenden lernen. Auf diesen Weg einlenken zu helfen, ist ein Zweck des Kochbüchleins.

Die es aber brauchen wollen, mögen nicht aus dem Auge verlieren, dass unser täglich Brod — im eigentlichen Sinne des Wortes — die Hauptsache ist und bleibt, und mögen Lavater's Wort erproben, welcher sagt: „Halte Dir den Menschen wenigstens zehu Schritt vom Leibe, welcher bei seiner Mahlzeit kein Brod geniesst.“ E. B.

**An G. in M.**

Also ein Bedenken bekümmert Dich noch? „Wenn denn im Fleische der Thiere und des Menschen Gifte sind — so muss ich ja — so schliessest Du — diese Gifte eben geniessen, damit dieser natürliche Bestandtheil meines Wesens erhalten bleibe — d. h. ich muss eben Fleischesser bleiben!“ Nun, die Gelehrten widerlegen Dir das sehr gelehrt, wie Du z. B. bei dem angeführten Gorup Besanez nachlesen kannst.

Wir behaupten, unsere natürliche Lebensweise ist in allen Stücken vom gesunden Menschenverstande zu begreifen, und so auch hier. Wir fragen Dich also: wenn Deine Schlussfolge richtig ist, wie könnten dann alle die Thiere, welche kein Fleisch fressen, gesund bleiben? Du siehst aber, was Dir die Gelehrten sehr gelehrt auseinander setzen, dass die grasfressenden Thiere doch ihre Gifte erzeugen, dass diese also in ihnen selbst entstehen, ohne dass sie Fleisch fressen. Also können diese Gifte auch in uns entstehen, wenn wir von Cerealien leben, und so ist es. Sie wirken aber als Gifte, wenn sie als Nährstoffe in unser Blut übergehen.

Dass aber solche Gifte im Fleische sind, bestreitest Du ja nicht. Liebig sagt übrigens von ihnen neuerdings (Auerb. Volkskal. S. 151) Folgendes: „Die Fleischbrühe enthält die mit Wasser ausziehbaren Bestandtheile des Fleisches, daher ihr Name „Extractiv-Stoffe“ des Fleisches; es sind dies verbrennliche und unverbrennliche Stoffe; die letzteren sind Phosphate, die wir auch im Kaffee und Thee haben; die Hauptmasse der verbrennlichen besteht aus sehr stickstoffreichen, unkrystallisirbaren Stoffen, deren Natur nicht näher ermittelt ist; sodann aus drei krystallisirbaren Materien, von denen die beiden letzteren zu derselben Klasse von Verbindungen wie das Caffein gehören. Es ist dies die merkwürdige Klasse der Alkaloide, welche die wirk-

samsten Arzneimittel wie das Morphin und Chinin, und die furchtbarsten Gifte, wie das Strychnin (Pfeilgift), das Coniin (Gift des Schirblingkrautes), das Nicotin (Tabaksgift) und andere in sich einschliesst. In seiner Zusammensetzung steht das Caffein dem Kreatinin in der Fleischbrühe am nächsten. Keiner von den Extractivstoffen des Fleisches findet sich in den vegetabilischen Nahrungsmitteln; sie sind Erzeugnisse des thierischen Körpers.“

Liebig sagt, dass die Extractivstoffe des Fleisches 12 pCt. der trockenen Muskelmasse desselben ausmachen. Die Wirkung derselben illustriert er (S. 153) selbst durch den Giessener Bär, der bei Brodnahrung ganz sauft, nach ein paar Tagen Fleischnahrung aber „bösaartig und selbst seinem Wärter gefährlich“ war und fügt hinzu: „es ist bekannt, dass die vis irascibilis (Wüthigkeit) der Schweine durch Fleischnahrung gesteigert wird, so dass sie Menschen anfallen.“ Nur noch ein kleines Schrittchen und Herr Dr. Lasson macht mit Herrn Liebig Compagnie und erzieht mittelst Fleischextract die Schuljugend zu einer wahrhaft „kriegerischen“ Nation — dem „Culturideal“ der heutigen fleischessenden Welt!! E. B.

~~~~~  
Mitgliedschaft.

Dem „Deutschen Verein für natürl. Lebensweise“ sind ferner beigetreten: Frl. Elise Paulus in Salon bei Ludwigsburg (Schwaben). Herr Hermann Rudloff, Commis in Magdeburg. Herr Arnold Rikli, Naturarzt in Veldes bei Triest; Frau Marie Rikli, dessen Gattin; Roland und Oscar, Söhne, so wie dessen ältester Sohn, Herr Paul Rikli, Polytechniker in Zürich. Zwei Kinder der Frau Caroline Teichmüller in Nordhausen, jetzt in Wieda. Arnold Horn, Rechtspraktikant in

Emmendingen, Baden. Herr Anton Wessely, Ingenieur in Wien. Herr C. Suerdieck, Tanz- und Turnlehrer in Leer, nebst Frau und zwei Kindern, sowie dessen Bruder, Hr. Suerdieck, Maler in Bremen, nebst Frau und 2 Kindern. Hr. Albert Weisse, Kaufmann, Berlin, Schönhäuser Allee 159. Herr C. Th. Nauhaus, Studiosus der Naturwissenschaft in Berlin, Wilhelmstrasse 21 bei Hrn. Maess. Hr. Paul Kämmerer jun., nebst Frau und ein Kind in Stuttgart. Herr Slavibor Breuer, Oekonom in Kuttenberg in Böhmen; Herr Gustav Schall, Kaufmann in Schwerin; Herr Edwin Saur, cand. jur., Stuttgart. Zusammen 249.

Vereinsleben.

Wie lange ist's her, da wussten die Meisten von uns kein sterbendes Wörtchen vom Vegetarianismus. Durch das offene freie Bekenntniss zu demselben haben wir jetzt schon die Freude, dass sich in unserem „Deutschen Verein“ mehrere Lokalvereine gebildet haben. Zwei solche neue Vereine sind die in Wien und Stuttgart. Ersterer, zur Zeit 20 Mitglieder, verdankt sein Entstehen wohl besonders Herrn Franz Kubizeck. Ueber letzteren lassen wir heute ausführlicheren Bericht folgen.

„Stuttgart, den 7. December 1868. Als ich in dem Vereinsblatte den Wunsch ausgesprochen fand, es möchte sich, wie in Pforzheim, auch in hiesiger Stadt ein Lokalverein bilden, dachte ich nicht entfernt an die Möglichkeit, Ihnen heute schon die Erfüllung berichten zu können.

Die erste Anregung zu einer Zusammenkunft ging von einigen Vegetariern der Umgegend aus; diese suchten für ihren Plan zunächst Herrn Struve zu gewinnen, bei dem sie denn auch herzlichen Empfang und die wärmste Theilnahme fanden. Nachdem in Folge eines Aufrufes im „Schwäb. Merkur“ mehrere Adressen eintrafen, wurde auf Sonn-

tag, den 22. November, die erste Versammlung in den kleinen Saal des Hôtel Royal berufen. Etwa 19 Personen hatten sich eingefunden, und wenn auch unter diesen 6 Carnivoren waren, so hatte doch noch kaum Jemand von uns so viele Vegetarianer auf einmal beisammen gesehen. — Als Thema der officiellen Besprechung wählte man: die Vorzüge der natürlichen Lebensweise; es wurde improvisirt gesprochen, aber bei jedem einzelnen Redner fühlte man die tiefinnerste Ueberzeugung von der Wahrheit unserer Sache heraus. Vor Allem wusste Herr G. Struve durch seine edlen Worte, mit denen er die sittliche Seite der blutlosen Diät hervorhob, die Gemüther anzuregen und zu begeistern. — Den Rest der Zeit verbrachten wir gemüthlich plaudernd mit dem gegenseitigen Austausch unserer Erfahrungen. Man trennte sich nur ungern und beschloss, die Versammlung baldigst zu wiederholen, und so fand denn gestern unsere 2. Zusammenkunft statt, zu der uns durch die Liebenswürdigkeit eines Freundes unserer Sache ein Privatsaal zur Verfügung gestellt wurde. Unsere Zahl hatte sich bereits vermehrt, indem unter 27 Anwesenden 20 Vegetarianer waren. Es sollte diesmal nach einem schon vor 14 Tagen gefassten Beschlusse jeder Vegetarianer die Motive seiner Umkehr zur natürlichen Lebensweise und die Folgen, die er davon gespürt, in ungezwungener Weise erzählen: Alle priesen sich glücklich, den rechten Weg gefunden zu haben, fast Jeder wusste von langwierigen Leiden, glücklicher Genesung und jetziger vollkräftiger Gesundheit zu berichten, es war ein einmüthiges freudiges Zeugnis. Hätten doch all' die unglückseligen Opfer der Unnatur unsere Worte gehört, wie Mancher hätte frische Lebenshoffnung schöpfen können! — Besonders spannend war die Erzählung des Herrn Struve, des Nestors der deutschen Vegetarianer: vor 36 Jahren war es

als er bei der Lectüre von Rousseau's „Emil“ die herrlichen Worte Ovid's über die pythagoräische Lebensweise fand, und von deren Wahrheit ergriffen, den Fleischgenuss zu meiden beschloss. Alle Leiden, von denen er trotz seines kräftigen Körpers vielfach gepeinigt gewesen, waren „wie weggeblasen“; die Drangsale der Revolutionsjahre, die feuchten Kasematten Rastatt's vermochten ihn nicht zu erschüttern; ja seine eiserne Gesundheit liess ihn in seinem 65 und 66. Lebensjahre die enormen Strapazen des amerikanischen Krieges glücklich überstehen!! Leider gestattet es der Raum dieses Blattes nicht, alle die interessanten Einzelheiten zu referiren. — An Herrn Struve's Worte reihte sich passend an die Erzählung des Herrn Major von Knoerzer (jetzt in Stuttgart), der durch einen Aufsatz des ersteren auf die natürliche Lebensweise aufmerksam gemacht, mit ihrer Hülfe sich von seinen körperlichen Leiden befreite und die Anstrengungen des Feldzuges von 1866 leichter überstanden hatte, als die Mehrzahl der jüngeren Offiziere. — Weitans die Meisten waren aus Gesundheitsrückichten zum Vegetarianismus übergegangen und Alle bezeugten einstimmig, dass sie sich gesünder und gegen Krankheit so sicher fühlten, wie nie zuvor.

Den Vorsitz in beiden Versammlungen führte Herr Director Ph. Paulus, der, schon 60 Jahre alt, der vegetarianischen Lebensweise sich zuwandte und seitdem erhöhter Gesundheit sich erfreut: ein deutlicher Beweis, dass die Umkehr nie „zu spät“ kommt.

Bei jeder Zusammenkunft soll von nun an zunächst ein kürzerer Vortrag über irgend ein einschlagendes Thema gehalten werden und hieran die Discussion sich knüpfen. — Wenn es bisher für gut befunden wurde, unserer Vereinigung den officiellen Namen „Verein“ vorläufig noch nicht beizulegen, so bezweckte man damit, den Nichtvegetaria-

nern, denen zu unseren Versammlungen freier Zutritt verstatet ist, nicht als äusserlich zu abgeschlossene Partei entgegenzutreten, besonders da einzelne noch nicht ganz Gewonnene die Grenze schwer bestimmen lassen würden.

Die Verbreitung unserer Tendenzen lassen wir uns nach Kräften und bis jetzt mit dem besten Erfolge angelegen sein; von unserer speciellen Thätigkeit im nächsten Vereinsblatt.

Es würde uns zu grosser Genugthuung gereichen, wenn unserem Beispiele an anderen Orten nachgefolgt würde; denn wenn auch die erfreulichen Resultate der hiesigen Gemeinde überwiegend den geprüften Kräften zu danken sind, die sich unserer Sache so warm annahmen, so wird doch sicher an jedem Orte durch eine Vereinigung mehr erzielt werden können, als durch vereinzelte Bestrebungen.“

Die Nasswalder Holzknechte.

Von den Nasswalder Holzknechten in den österreichischen Alpen berichtet uns Dr. A. Silberstein in seinem „Land und Leute im Nasswalde“, nachdem er die sehr anstrengenden und gefährlichen Arbeiten dieser Leute geschildert, Folgendes:

„Der Holzknecht ist mehr als mässig; man könnte fast sagen, er lebt so viel von seiner Alpenluft, als von seiner Nahrung. Er geht halbe Tage und Nächte von daheim aus in den Hochwald, an seinen Arbeitsort oder von dort wieder heim. . . er liegt unter einer Baumwurzel, die mit dem umgebrochenen Stamme von dem Felskerne losgelöst ist und eine überhängende Mauer bildet. . . er wohnt unter einem bischen Reissig, unter flüchtig gezimmerten Hütten. . . er kennt kein Fleisch. . . er nimmt auf Tage und Wochen in seinem Kost-Ranzen nur ein wenig Mehl und Schmalz mit. . . wenn er die Milch

einer Kuh oder auch nur einer Ziege haben kann, ist er glücklich.“

Von dem eigentlichen Begründer der Nasswalder Colonien, Georg Hübner, sagt Silberstein:

„Georg erinnerte schon durch sein Aeusseres an den ungewöhnlichen Mann: er war gross, breit, stark, mit frischen scharfen Augen, kühn gebogener Nase und einem Kinn, das Entschlossenheit verrieth . . . sein Wesen hatte etwas Gebietendes an sich.

Bis in's späteste Alter blieb Georg einfach, schlicht, anspruchslos. Er und sein Bruder Johann waren äusserst mässig; letzterer trank selbst bei den angestrengtesten Arbeiten keinen Tropfen Wein, er liebte nur Wasser und Milch; seine Lieblingsspeisen waren die eines ächten Patriarchen: Obst, Honig und dergleichen. Geistiges Getränk kannte er nicht.

Dabei hatte Georg die Eigenschaft aller bedeutenden, segensreich wirkenden Männer: in der starken Brust wohnte ein mildes Herz. Er war der „Vater“ der armen Holzknechte und wurde auch von den ältesten Leuten nicht anders genannt.“

Mitgetheilt von E. W.

Liebig

legt in unseren Nahrungsmitteln besondern Werth auf die „Nährsalze“, wodurch die Albuminate (Blutbildner) und die Wärmebildner (Fette, Stärkemehl, Zucker etc.) erst fähig werden, uns das Leben zu erhalten. „Ohne die Nährsalze sind sie nicht nahrhaft.“ Nährsalze sind die Stoffe, welche beim Verbrennen der Nahrungsmittel in Form von Asche zurückbleiben: Phosphorsäure, Kali, Kalk, Bittererde, Eisen, Kochsalz sind die Hauptbestandtheile derselben.“ Das wahre Nahrungsmittel, sagt Liebig, muss alle drei Arten Stoffe in richtigem Verhältniss haben.“

Sehr wohl! Aber welches ist das richtige Verhältniss und wo finden wir es am besten beobachtet?

Bei der herrschenden unnatürlichen, überkünstelten Diät, welche die Menschen krank macht, kommt man dann mit „Eisen“ — zu Hülfe, und gewöhnlich meint man, viel Salz (Kochsalz) sei gesund. Liebig selbst bereitet das Schrotbrod so, dass es stark salzhaltig wird, und klagt, dass seine Münchener es nicht essen wollen.

Und doch sagt derselbe Liebig vortrefflich (a. a. O. S. 142): „dass Alles in der organischen Natur so wie es ist, zweckmässig ist und einen Sinn hat, auch wenn ihn der Mensch nicht versteht, darüber ist wohl Der nicht im Zweifel, der die Natur ein wenig kennt. Sowie aber der Mensch seine Hand anlegt, so wird Alles anders, manchmal zum Guten, häufig aber verschlechtert er die göttlichen Gaben, und diess lässt sich mit vollem Rechte von seinen Speisen sagen.“ Nun denn — so sind wir also auf dem rechten Wege, indem wir uns als Fruchtesser betrachten und die Cerealien, möglichst einfach und rein, zu unserer Hauptnahrung machen. Wozu dann aber mit Liebig das Brod noch versalzen? Sagt er nicht selbst: „das Waizen- und Roggenkorn enthalten mehr Nährsalze, als das Fleisch. Die Nährsalze im Fleisch sind aber die nämlichen, wie im Korn!“ Für Diejenigen aber, die die Natur verbessern wollen, indem sie das Schrot beuteln, bemerkt er dazwischen: „Waizen- und Roggenmehl aber enthält sehr viel weniger Nährsalze als Fleisch!“ Warum also verderbt Ihr die Natur, indem Ihr das Schrotbrod verschmäht?

Wozu aber Herr Liebig gar den Fleischextract — naturverbessernd?? — liefert, begreift sich vollends nicht, da er selbst sagt: „Fleischextract ist bekanntlich nichts Anderes, als zur Honigdicke concentrirte Fleischbrühe“ (S. 151) und von dieser sagt er wieder selbst: „Bei wirklicher Schwäche wirkt die Fleischbrühe nicht kräftigend“ (S. 150), sondern sie wirkt als Reizmittel lediglich erregend auf die Nerven (S. 149) wie — alle Reizmittel — mit

denen wir, wie Virchow so beredt lehrt, die Menschheit in Krankheit und Tod hetzen. E. B.

Von zehnjähriger Kehlkopfentzündung,

sagt unser Mitglied Herr G. F., von Magenleiden, grosser Haut- und Nervenschwäche durch die natürliche Diät befreit, die ich seit 4 Jahren streng übe, esse ich nur selten etwas Anderes als Brod, Milch und Obst, und habe mich immer sehr gut dabei befunden!

Ausdauer.

Unser Mitglied, der Gutsarbeiter Spielberg sagt: „Ich habe meine Kollegen beobachtet, die Biertrinker, die Schnapstrinker, die Fleischesser u. s. w. So lange der Schnaps-Reiz etc. anhält, da sind sie rasch, aber dann sind sie Waschlappen.“ Eine alte Wahrheit, die immer und überall neu wird!

Dresden. Herrn A. v. Seefeld (No. 2. S. 29) bemerkt Herr G. W., dass aber der Ausdruck „Grahambrod“ richtiger ist, als „Weizenschrotbrod“, denn — z. B. Liebig's Salzbrod wird auch aus „Weizenschrot“ bereitet, und ist verwerflich. Ganz recht! Es galt auch nur den unzutreffenden Ausdruck „Weizen-Kleienbrod“ zu verbannen.

Zur Landwirtschaft

(vergl. S. 48 d. Bl.) bemerkt auch Liebig a. a. O.: „In China und Japan besteht keine Viehzucht; der anbaufähige Boden wird in diesen Ländern ausschliesslich zum Erzeugen von Nahrung für den Menschen verwendet. Die Religion verbietet den Japanern und der Mehrzahl der Chinesen den Fleischgenuss . . . In vielen Ländern der heissen Zone, wie im westlichen Afrika, kann kein Vieh für die Fleisch-erzeugung gezüchtet werden, in der trocknen Jahreszeit verschwindet alles Gras, und an Heumachen ist in der Regenzeit nicht zu denken.“

Luft!

Nach Pettenkofer verkehren wir mit den tieferen Erdschichten theils durch das Trinkwasser, theils durch die Luft, indem die Mischung der Luft aus dem porösen Untergrunde mit derjenigen der freien Atmosphäre durch die Temperatur-Unterschiede bewirkt wird, und die Luft verwesende organische Stoffe mit führt. Die Grundwasser, steigend und fallend, geben dazu besonderen Anlass (Siehe Hobrecht, über öffentliche Gesundheitspflege 1868, S. 19). „Fort“ ruft also Hobrecht, der Stettiner Stadtbaurath, fort mit den Kellerwohnungen — Raum für die Höfe! Er nimmt für letztere das vierfache der Berliner, das achtfache der Stettiner Baupolizeiordnung in Anspruch, und es ist anerkannt, dass eben die feuchten engen Höfe in Städten ganz besonders die Erdgeschosse feucht machen und durch ihre Ausdünstungen die Atmosphäre verpesten, daher er ebenso gegen die übervölkerten Wohnungen und „Arbeiterstadtviertel“ eifert und das Durcheinander grosser und kleinerer d. h. der wenig und stark besetzten Wohnungen empfiehlt.

E. B.

In Brauweiler

bei Cöln besteht ein Arbeitshaus mit thatsächlich annähernder vegetarischer Diät; Fleisch giebt es nur viermal im Jahre 1/2 Pfd., und die Rückfälligen, das sind aber die meisten, erhalten gar keins. Hülsenfrüchte und Schwarzbrod, im Wechsel mit Gemüse, bilden die Nahrung. Dr. Grouven in den Vorträgen über Agrikultur-Chemie bezeugt, dass die Insassen „bei völlig fleischloser Diät ein recht gesundes Ansehn haben und den ganzen Tag einer mässigen Arbeit (Wasserpumpen, Feldarbeit, Dreschen, Fruchtspeicherarbeit, Handwerk, Holzmachen etc.) obliegen. Es wäre sehr zu wünschen, dass eine solche Anstalt bewusst und

korrekt das natürliche System einführte (es kommt noch Rindsfett und Bier vor) und allseitige statistische Erhebungen gleichzeitig veranstaltete. Vergleiche Baltzer, System der Volkswirtschaft. Die höchsten und mannichfaltigsten Interessen des Staates sind bei solch einer Probe betheiligt. E. B.

Literarisches.

1. Der Naturarzt v. Th. Hahn enthält in Nr. 24, 1 und 2: Dr. Winter: Heilung einer rückfälligen Lungenentzündung in 10 Tagen. — Dr. Hermann: Syphilis ohne Merkur. — Warum wird der Mensch krank? — Lundahl: Scrophulöser Knochenschaden etc. — Prof. Scoda: Ueber Syphilis. — Ueber die Impfung. — Literarische Kritiken. — Mittheilungen.
2. Im Verlag dieses Blattes erschien soeben: **Vegetarianisches Kochbuch** für Freunde der natürlichen Lebensweise. 7 $\frac{1}{2}$ Sgr.
3. Von unserem Vorstandsmitgliede erscheint in kürzester Frist: **Gegen Impfung und Impf-**

zwang. Streitschrift gegen Kreisphysikus Dr. Hoffert. Von L. Belitski. Nordhausen. Ferd. Förstemann.

4. Von unserem Mitgliede, Hr. Koffer in Wien, steht eine Broschüre über die normale Ernährung des Menschen zu erwarten.
5. Von unserem Mitgliede, Herrn Dr. med. Boruttau in Leipzig, erscheint von Neujahr ab bei Priber daselbst ein Monatsblatt: „**Der Volksfreund**“, Organ zur Verbreitung der Grundsätze naturgemässer Lebens- und Heilweise. Durch alle Buchhandlungen zu beziehen. Halbjährig 5 Sgr.

Zum Vereinstage sind bis jetzt nur zwei Anträge eingegangen. Wir bitten besonders die Localvereine, darüber in Berathung zu treten, welche Anträge sie zu stellen haben; auch betrachten wir den Ort der Versammlung durchaus als offene Frage, da die Rosstrappe wegen Ueberfüllung in der Pfingstzeit Bedenken erregt hat.

D. Red.

Schrotmühlen mit Schwungrad zum Betriebe durch eine Person, um Weizenbrodmehl zu mahlen, empfehle ich zum Preise von 12 $\frac{1}{2}$ Thlr. ab Nordhausen. Dieselbe mit Schüttelzeug, Sieb zum Sortiren, um ein feineres Mehl abzunehmen, und 2 Kasten mit Gehäuse 16 Thlr.

Um eine Metze Weizen einmal grob zu mahlen, sind 5 Minuten erforderlich; das zweite Mal, um fein zu mahlen, 7 Minuten.

Carl Hartmann, Maschinenbauer in **Nordhausen**.

Zur weiteren Erläuterung und Vertheidigung der natürlichen Lebensweise empfiehlt sich:

„Briefe an Virchow“

über dessen Schrift „Nahrungs- und Genussmittel“ von Eduard Baltzer. Mit einer Tafel Abbildungen. Nordhausen, Ferd. Foerstemann. 1868. 8 Sgr.

Selbstverlag des Herausgebers **Eduard Baltzer** in Nordhausen.
In Commission bei **Ferd. Förstemann** daselbst.

Druck von Th. Müller in Nordhausen.

Vereins-Blatt

für Freunde

der natürlichen Lebensweise (Vegetarianer).

N r 6.

Nordhausen, den 26. Januar

1869.

— δι' έργων ἡμῶν τῆς σωτηρίας, οὐ δι' ἀκοῶσεως λόγων ψιλῆς γενομένης. Durch die That kommt uns das Heil nicht durch das blosse Hören des Wortes.
Porphy. Apoche I, 57. (Vegetarianer im 3. Jahrh. n. Chr.)

Die Wege zur natürlichen Lebensweise.

8. Die Schwäche der Gegner.

Ein recht lehrreicher Weg zu unserm Ziele ist eine unbefangene verständige Betrachtung alles dessen, was unsere Gegner etwa einzuwenden wissen. Es giebt nämlich keinen Einwand, der sich nicht sofort widerlegen liesse, ganz abgesehen davon, dass man eine Menge Einwände zu hören bekommt, die uns dadurch in Verlegenheit setzen, dass sie für ihre Urheber so äusserst beschämend sind. Aber es dient auch das zu ausserordentlicher Befestigung, wenn wir durch eigenes Nachdenken uns überzeugen, dass unsere Sache mit Gründen nicht besiegt ist.

Der einzige Mann von hohem wissenschaftlichen Rufe, der es versucht hat unser System zu widerlegen, ist Herr Professor Virchow in Berlin in seiner Schrift „über Nahrungs- und Genussmittel“. Wir hätten wohl erwarten

dürfen, dass er aus der Schaar der Widerpart einen Fachmann zum wissenschaftlichen Zweikampf herausgefordert hätte, etwa Herrn Professor Trall, der ja unser System vertritt und öffentlich die Herren Mediziner zur Widerlegung aufgefordert hat. Herr Virchow schweigt von seinem vegetarianischen Kollegen aber gänzlich. Vielleicht meinte er mit einem „Laien“ leichteren Spieles fertig zu werden und beehrte mich mit einer Widerlegung meiner Schrift über natürliche Lebensweise.

Allein indem sich Herr Professor Virchow überhaupt auf die Sache einliess, war er schon halb für uns. In meiner Antwort „Briefe an Virchow“ habe ich gezeigt, wie Virchow zu einem sehr grossen Theile auf unserer Seite steht, und seine Schrift ist daher den Mediziner höchst unbequem geworden. Wo Virchow aber unser System mit dem herkömmlichen Wohlgeschmack von Beefsteak und Kotelettchen zu versöhnen sucht, ist es nicht schwer ihn mit seinen eigenen Waffen zu schlagen, oder mit den Autoritäten, die er selbst anruft, wie Huxley, dessen

anatomisches Zähnebild die Leser meiner „Briefe an Virchow“, wenn möglich, nur noch mehr überzeugt haben wird.

Die Schwäche der Gegner zeigt sich im Allgemeinen also schon darin, dass unser System von ihnen in der Wissenschaft zur Zeit so gut als unangefochten dasteht; am allerwenigsten angefochten ist ihre soziale Bedeutung, so wenig, dass selbst Virchow zu ihrem Vertheidiger wird, indem er eine entschiedene „soziale Reform“ in der Richtung unseres Weges verlangt.

Was ist nun sonst von Gegengründen verlautbart? Wir wollen weiter unten zur Unterhaltung ein Sortiment anführen. Hier, wo wir nur ernste Gegner erwarten, wissen wir nur Einen Einwand anzuführen, der etwas Reelles für sich hat und der Besprechung lohnt. Es ist dies die Schwierigkeit, die unsere Lebensweise im gesellschaftlichen Leben mit sich bringe.

Wir geben es zu, dass diese Schwierigkeit existirt. Erstens aber constatiren wir, dass dies kein Einwand gegen die Richtigkeit unseres Systems ist, sondern nur eine Folge desselben betrifft. Darf uns solche Schwierigkeit zurückschrecken? Jede Reform findet solche Schwierigkeit; je tiefer ihre Wahrheit greift, desto grösser ist die Schwierigkeit. Als Kepler betend jubelte, dass er eine tiefere Einsicht der Weltgesetze gewonnen, da musste er dem Volk gegenüber gar noch schweigen und halb liess ihn die Welt verhungern. (Vergl. meine „Neuen Propheten“ S. 37.) Und heute?! Wollen wir etwa noch Knakianer werden? Also, die sozialen Schwierigkeiten möchten so gross sein,

wie sie wollten, das wird uns nicht die Spur abhalten dürfen, der erkannten Wahrheit zu folgen.

Wie gross sind denn aber eigentlich diese sozialen Schwierigkeiten??

Liegen sie vielleicht in der Natur der Dinge, die sich nicht ändern lässt? Etwa darin, dass die vorhandene Menschheit nicht Nahrungsmittel genug hat, wenn sie nach unserer Weise lebt, oder nicht kräftig und gesund davon leben und bestehen kann? Dergleichen Absurditäten sind freilich hier und da behauptet worden; wir haben sie in unsern Abhandlungen 1—7 als solche kennen lernen.

In der Regel meint man auch dergleichen nicht, wenn man von sozialen Schwierigkeiten spricht, sondern man hat nur die Sitten der Menschen im Sinn, deren Ströme man nicht unter allen Umständen widerstehen könne.

Also die Schwierigkeit liegt in dem zufälligen Sinne der Menschen, nicht etwa in unabänderlichen Naturverhältnissen.

Nun kann es ja freilich sein, dass wir unter solchen Umständen zu leiden haben. Wenn ein Entdeckungsreisender unter fremden Völkern anderer Sitten zu leiden hat, — nun was möglich ist, wird er meiden, was nothwendig, — wird er tragen. Es ist Gewissenssache eines Jeden, sich die Grenze richtig zu ziehen. Wenn wir aber sagen, wenn ich in's Bierhaus gehe, muss ich auch Bier trinken; wenn ich zum Gastmahl gehe, muss ich auch Fleisch essen u. s. w., so machen wir uns nur selbst lächerlich. Sollen wir denn so ungalant sein und

von unsern Mitbürgern voraussetzen, dass sie noch keine eigene Ueberzeugung zu achten verstehen? Ich habe gefunden, dass sie diesen Vorwurf wenigstens nur selten verdienen, vorausgesetzt, dass sie bei uns wirkliche consequente Ueberzeugung vorfinden.

Ernster gestaltet sich die Sache in Fällen wie die, in denen z. B. Eins unserer Mitglieder klagt (No. 5 S. 71). Niemand kann da über den ganzen Complex der mitwirkenden Umstände und Motive aburtheilen: das ist Gewissenssache! Ich selbst kann mir es kaum denken, dass ich meine Kinder, so lange sie Kinder sind, um ihres Fortkommens willen, jener Nothwendigkeit aussetzen würde, denn schon sind wir civilisirt genug, um mehr als einen Weg zu ihrem Glücke offen zu wissen. In allen Fällen aber, wo wir solchen Uebelständen widerstreben, **sind wir es nicht**, auf denen die Schuld ruhet: das muss uns stark im Dulden und im Ueberwinden machen.

In den bei weiten meisten Fällen aber, wo wir über „soziale Schwierigkeiten“ klagen hören oder gar selbst klagen, liegt die Schwierigkeit nur — in unserer eigenen Schwäche. Wer uns nicht achten und lieben könnte, weil wir dies und das nicht essen und trinken, nun, den müssen wir freilich entbehren können, aber es wird nicht unser und der Welt Schade sein, wenn wir solchem Materialismus uns entziehen, der für des Menschen Werth keinen andern Maassstab hat als Alcohol und Hautgout.

Nicht wir sind dann die Spielzerbrecher. Wenn der amerikanische Ge-

sandte in Berlin die hohen Herrschaften an seine vegetarianische Tafel zog, werden sie nicht haben Geist und Witz entfalten können *comme il faut*?

Nein! Wenn wirklich gelegentlich verlangt wird, dass wir uns als Minorität im Essen und Trinken der Majorität fügen müssten, so ist das eine unbefugte Tyrannei, der wir uns gebührend zu entziehen ein gutes soziales Recht haben, das jeder denkende Mensch sofort, wenn es ihm bewusst wird, auch anerkennen wird, und damit schwindet die wesentliche Schwierigkeit. Die Grösse dieser Schwierigkeiten steht daher meist im umgekehrten Verhältnisse zu unserer eigenen Stärke oder Schwäche.

Potpourri.

Noch nie sind uns die Menschen so klein erschienen, als indem sie sich in ihren Gründen gegen den Vegetarianismus erschöpfen und offenbaren. Den wahren Grund, der sie gegen uns anreizt, hören wir nur selten von ehrlichen Seelen aussprechen, und wir brauchen ihn hier nicht zu wiederholen: Freund und Feind kennt ihn hinreichend. Aber zum Beleg des im Eingang dieser No. Gesagten, wollen wir doch einige der uns aufstossenden Stimmen hören. Beginnen wir mit dem Ernsten, um mit dem Heiteren zu schliessen.

a. Das Sakrament.

„Der Vegetarianismus scheitert am Sakrament“, schrieb mir ein Freund. Wir würden den Satz eher umkehren, wenn es nicht ganz gegen unsere Natur wäre, jemanden persönlich zu

verletzen. Ich erinnere mich aber sehr lebhaft, dass ich schon als Kind den Kopf schüttelte, als ich die Lehre von der Transsubstantiation vernahm, und dass man den Leib Christi mit den Zähnen zermalme. Und gewiss, wenn schon der gläubige Lombarde seufzte und auf die Frage, was bekommt die Maus zwischen die Zähne, wenn sie etwas von der geweihten Hostie habhaft wird, mit einem „das weiss Gott“ antwortete, — so muss diese Schwierigkeit für einen Vegetarianer wohl allerdings noch viel grösser werden. Schon der blosser Gedanke einer Anthropophagie muss ihm widerstreben und Referent persönlich hat nie finden können, dass des etwas im Neuen Testamente enthalten sei. Sind Brod und Wein aber Sinnbilder, so verlieren sie das Aergerniss, und wer an dem Wein Anstoss nehme, würde mit Schleiermacher Wasser oder mit der alten Kirche Wasser und Wein gemischt an die Stelle setzen können, wenn er überhaupt der Symbole bedarf, um das wahre Sakrament, Geist vom Geiste, zu empfangen. Die Weissagung, dass der Vegetarianismus am Sakramente scheitere, hat daher wohl überhaupt nur für moderne Scholastiker Interesse, denen wir sie gerne überlassen.

b. „Secte“.

Ein anderer Freund sagt: „Nach der bisherigen Haltung Deiner Zeitschrift glaubte ich, Dein Verein wolle innerhalb der menschlichen Gesellschaft als Gleicher unter Gleichen auftreten; der Standpunkt, den Du einschlägst führt zu dem der Secte und dem kann ich nicht folgen“.

Veranlasst war dies dadurch, dass ich gesagt: „wer von einer Wahrheit überzeugt ist, und ihr doch nicht folgt, thut Unrecht“. Hierauf entgegnet der Freund; „Bis jetzt habt Ihr nur gegen einen Irrthum gekämpft; wenn Ihr das Fleischessen schon für ein Unrecht erklären wollt, ehe Ihr die Majorität nur annähernd überzeugt habt, so glaube ich, schadet Ihr dem Gedanken mehr als Ihr Nutzen bringt. Meine Stellung zur Frage ist die, dass ich zwar die Tragkraft und die Zukunft der Idee des Vegetarianismus anerkenne, aber nicht glaube, dass Jeder, der die Wahrheit eines Gedankens anerkennt, sofort verpflichtet ist, für denselben, mit in Schanze-schlagen alles Anderen, einzutreten.“

Dieser und ähnliche Gedankengänge finden sich häufig und nehmen sehr gewöhnlich die Wendung uns als „Secte“ zu apostrophiren, dann, so meinen sie, sind sie mit uns fertig. Deshalb ist es gut diesen Punkt zu untersuchen.

In Obigem wird zunächst der Ausdruck „Recht“ in verschiedenem Sinne gebraucht. Es giebt ein sittliches Recht (*δικαιοσύνη*), welches unabhängig von jeder Majorität ist: ebenso sein Korrelat, die sittliche Pflicht. Sie hatte ich bei meiner Aeusserung im Sinne, dass; wer eine Ueberzeugung von Etwas habe, gegebenen Falles auch für sie einzutreten die Pflicht habe. Es ist das die Pflicht der Wahrhaftigkeit und Treue in Wort und That. Die Frage, ob von dieser Regel Ausnahmen zu statuiren seien, führt auf das unfruchtbare Feld der Casuistik, wo wir bei Collision verschiedener

Pflichten jedem persönlich die Entscheidung auf sein individuelles Gewissen legen. Obige sittliche Regel aber werden wir festhalten müssen, wenn wir nicht alle Moral preisgeben wollen. Das juristische Recht, das durch Majoritäten begründet wird, hat hiermit Nichts zu thun. Also — wir kämpfen gegen den Irrthum, wir fühlen uns aber nicht zum Richter über die Gewissen unserer Nächsten berufen: wir trennen uns nicht von der Gesellschaft, und in unseren Grundsätzen liegt nichts, was trennender Natur wäre, d. h. wir sind keine Secte. Wir sind ihr Gegentheil, weil wir das bekämpfen, was seiner Natur nach trennend wirkt. Wir behaupten auch: jeder, der eine Wahrheit erkennt, hat die Pflicht, ihr zu folgen. Ob er unter gegebenen Umständen bezüglich seines äussern Thuns diese Pflicht erfüllen muss oder nicht, ist eine ganz andere, seinem Gewissen überlassene Frage, die seine allgemeine Verpflichtung für die Wahrheit einzutreten nicht aufhebt. Wenn ein Vegetarianer z. B. in Hungersnoth auf See Fleisch ist, so wird niemand sagen, dass er aufgehört habe Vegetarianer zu sein, denn zur Ausführung des sittlichen Willens gehört überall das Können, das Können aber ist bedingt durch die Causalität. Sehr bequem aber ist es für Gastronomen uns Vegetarianer für eine „Secte“ zu erklären, und zu hoffen, die Leute würden immer und ewig glauben, dass dem so sei. —

c. „Naturalismus“.

Wieder ein anderer Freund — sogar ein Mitglied unseres Vereins und

thatsächlicher Vegetarianer — sagt: „Mit der naturalistischen Anschauung des Vereinsblatts kann ich mich nicht vollständig befreunden“. Wie das gemeint ist zeigt der Satz: „Ich bin nicht des Glaubens, dass eine Lebensweise, die von den primitiven Mitteln des unbehülflichsten ersten Menschen vermöge ihrer Unwissenheit und Unkenntniss befolgt werden musste, auch für uns massgebend sein kann. Eine strenge Schlussfolgerung aus den naturalistischen Behauptungen des Vereinsblattes würde uns in allen unsern Erfahrungen und Bestrebungen unbedingt wieder auf den ersten, primitiven Standpunkt der Menschheit zurückwerfen“.

Wir müssen diesen Vorwurf ablehnen. Wenn wir fragen, wie ist die Naturanlage des Menschen heute oder je gewesen, so stellen wir die Frage allerdings, um — unter anderen Motiven die uns bestimmen — auch daraus Schlüsse zu ziehen auf das, was uns frommt. Aber daraus folgt weder: dass ein Zurückgehen auf einzelnes „Primitive“ schlechthin vom Uebel ist, noch: dass wir uns damit als schlechthin gebunden erklären wollen. Wenn in ersterer Hinsicht z. B. Graf Zedtwitz gern, wie ein „primitiver“ Fruchtesser, von edlen Maronen und Obst lebt, ist er — oder irgend ein ähnlich lebender Mensch — deshalb „in allen seinen Bestrebungen unbedingt wieder auf den ersten primitiven Standpunkt der Menschheit zurückgeworfen“?? Oder wenn wir schliessen: weil die Natur unsern Organismus heute wie immer,

so weit wir sehen können, zum Fruchtesserthum designirt hat, so ist anzunehmen, dass das Fruchtesserthum uns auch in aller sonstiger Hinsicht am besten eignen wird, — folgt daraus, dass ich deshalb nun „in allen meinen Bestrebungen unbedingt wieder auf den ersten primitiven Standpunkt der Menschheit zurückgeworfen bin“ und etwa weiland Adams Kostüm trage? Wer zuviel beweist, beweist Nichts.

Der geehrte Freund hat uns auch kein besonderes Merkmal unseres angeblich falschen Standpunktes angegeben ausser Eins: die Cellulose. „Ich will nicht entschieden gegen das Belassen der Kleie im Brode sein, doch ist die Erklärung für deren Nützlichkeit etwas zu primitiv“. . . . „Ich kann mich nicht mit der Ansicht vertraut machen, dass diejenige Form, in welcher die Natur irgend etwas Geniessbares bietet, auch bedingungslos die beste sei“. Aber, Verehrter, wer behauptet denn das? Gewiss ist Vieles in seiner Art — Sie führen den Tabak an — „geniessbar“ — nun und wir verwerfen es ja. Und wenn wir vom Weizenkorn gesagt, hier sind die Verhältnisse gerade so, wie sie unserm Organismus am besten conveniren, und wenn wir die nähere Begründung dafür hinzufügen, — sind wir denn da blinde Naturalisten unter denen Sie ja doch ein imitatorum servum pecus Naturae verstehen?

Gerade das „Vereinsblatt“, sollte ich meinen, hätte in seinen bisherigen Leitartikeln gezeigt, dass es von der gerügten Einseitigkeit sehr fern ist, sonst hätte es in denselben nicht höchst

disparante Motive für unsere Lebensweise aufführen können, deren Schlussgruppierung in nächster Nummer noch folgen wird.

Aber ich bin dem Freunde sehr dankbar für seine Mittheilungen, denn sie sind mir erwünschter Anlass mich über diesen Punkt hiernit zweifellos erklärt zu haben. Es kann ja wohl auch meine Mitschuld sein, mich nicht über Alles — das Feld ist so unendlich reich und gross — hinreichend genau ausgedrückt zu haben. Ueberhaupt scheint vielleicht die Gesamthaltung unseres Blattes Manchem „naturalistisch“ oder „materialistisch“ in irgend einem tadelnswerthen Sinne, weil wir vorerst zumeist mit der Diät — mit rein Materiellem — zu thun haben. Es ist das aber nur der praktisch brennendste Punkt, und die Folge wird lehren, dass wir von dem Standpunkte, der uns hier beigemessen ward, himmelweit entfernt sind. Unser Freund aber, selbst Naturforscher, wird dann gewiss mit uns erkennen, dass der Mensch in Summa dazu da ist, die Natur zu erkennen und — zu verklären.

d. Die „Raupen“.

Ein carnivorer Freund wendet, und zwar vom Standpunkte der Naturwissenschaft, gegen unser System brieflich Folgendes ein.

„Wenn der Mensch als vom Affen abstammend ein Fruchtessergebiss hat, so ist damit gar nicht gesagt, dass er ewig Früchte essen muss, denn er könnte, wie er vorher sich umbildete, sich auch nachher und jetzt zu einem Suppe-, Fleisch-, Gemüseesser und Bier-

und Weintrinker umbilden, wie er in der That schon seit Jahrhunderten thut; und wenn seine Natur schliesslich durch jahrhundertlange Lebensart sich so verändert hätte, dass sie jetzt Fleisch- und Gemüse-Nahrung verlangte, so wäre ja diese Natur so gut Natur wie die frühere, sonst müssten wir und alle Geschöpfe wieder zum Chaos oder dem gasförmigen Urzustand zurückkehren. Zudem verändert sich ja alle irdische Materie fortwährend, und glauben Sie nicht, dass es einen wesentlichen Einfluss auf unser ganzes Körper- und Geistesleben und Nahrungsbedürfniss hat, dass die Materie, die wir jetzt essen, eine gleichsam kultivirte ist, dass sie vielleicht schon 100 ja 1000 Mal Mensch und Thier und Pflanze war? Können wir dadurch nicht, wie die Pflanze auf lange bebautem Gartenboden uns verändern und andere Nahrungsbedürfnisse gewinnen? Also der Grund, dass der Mensch ursprünglich zu dem oder jenem angelegt sei, erkenne ich nicht für die Gegenwart an, da diese ihr volles Recht so gut wie die Vergangenheit hat“.

Dass nun die Nahrung einen grossen Einfluss auf das Leben nicht nur der Pflanze, sondern auch des Menschen habe, wem sollte das entgehen? Es ist gerade unsere Behauptung, und deshalb fordern wir eben zu gesundem Gedeihen gesunde Nahrung. Dass aber die Materie sich fortwährend verändere, Eisen kein Eisen, Mangan kein Mangan, Schwefel kein Schwefel mehr sei, — ich weiss nicht, welche Wissenschaft das lehrt. Ich kenne nur jene Meta-

morphose die eine Formwandlung ist, und Stoffe, tausend mal durch Pflanzen-, Thier- und Menschenform gegangen, zeigen dieselben Elemente wieder, wie vor Jahrtausenden. Das Suppe-, Fleisch-, Wein- und Bier-System wird daher seinen Einfluss sicher üben — es erzeugt Variationen und Deklinationen — wie mit Respect zu melden jede rothe Nase und jeder Schmerbauch zeigt, aber wo ist der neue gesunde höhere Organismus, den dies System der Menschheit erzeugt hätte?? Ueberhaupt, weil wir den Staub so vielfach mehr vermoderter Geschlechter essen, deshalb sind wir disponirt, so viel gescheidter als Socrates und Plato u. s. w. zu sein?

Als ich das las — im Namen der Wissenschaft den Versuch, die Menschheit mittelst Fleisch und Alkohol „umzubilden“, höher zu organisiren — glaubte ich, man habe sich ein solches Gedankengekräusel als Scherz erlaubt, wie wir Vegetarianer öfter erleben. Aber meiner derartigen Auffassung folgte eine weitere Vertheidigung.

„Ueber mein Umbilden der Natur will ich Ihnen ein Gleichniss bringen. Denken Sie sich die Menschheit als ein Raupengeschlecht, das sich z. B. nahe am Verpuppungszustande befindet. Da sitzen sie nun alle an ihren Wolfsmilchstauden, aber den Meisten schmeckt ihre Nahrung nicht mehr recht. Einer jeden wird es so läuferig, spinnerig, pupperig und wühlerig zu Muthe, sie wollen ihre Stäudchen verlassen und sich in den Sand wühlen, spinnen und einschrumpfen. Da tritt ein strenger Vegetarianer unter ihnen auf, beweist

ihnen auf's Haar, dass ihre Maulwerkzeuge zum Kauen und Fressen eingerichtet seien und ihre Füße zum Haften an Blättchen und Aesten, und schlecht zum Gehen auf dem Sande, daher es ihre Pflicht sei, Blättchen zu fressen bis an das Ende. Siehe da, einige haben wirklich so viel Selbstüberwindung! Sie bleiben standhaft an ihren Stauden sitzen, quälen und mühen sich fort und fort nach früherer Art, bis sie eines Tages todt herabfallen, während ihre Brüder, die Antivegetarianer ... Schmetterlinge geworden sind. So verstehe ich das Wandeln und Umbilden der Natur“.

So war denn die Metabase allerliebst illustriert, und da der geehrte Verfasser selbst geäußert, wie „das Schlachten der Thiere ihm immer ein widerlicher Gedanke gewesen“, so glaubte ich nun erst recht einen Scherz vor mir zu haben. Aber weh mir Ungläubigen, mich traf das Donnerwort: „Meine Raupen sind kein Scherz“.

So möge denn jeder Vegetarianer hieran erkennen, was er für ein Narrchen ist, die Wissenschaft aber wird sich beeilen diese Entdeckung in ihre Annalen einzutragen.

e. „Daheim“

weiss noch nicht recht, was es aus uns machen soll und schlägt uns daher vorläufig zu „Rittern vom Gemüse“, die „mit Feuer und Schwert die Welt erobern wollten“ und vor einer brennenden Cigarre die Flucht ergreifen. Wenn es von Allem, was es von uns sagt, ohngefähr das Gegentheil gesagt

hätte, wäre es der Wahrheit schon um eine Siriusweite näher gekommen! „Am Familientische“ muss doch Unterhaltung sein, — weiter hat es ja wohl keinen Zweck.

f. Die „konst. Vorstadt-Zeitung“

in Wien hat denn auch die Entdeckung gemacht, dass wir eine „Secte“ seien, „so zu sagen moderne Hindus“. Sie korrigirt sich freilich selbst, indem sie sagt, dass wir es „nicht aus Religiosität“ seien (also keine Secte), sondern aus „wissenschaftlicher Ueberzeugung“, also eine wissenschaftliche Secte!! Nach ihr haben die Vegetarianer eine eigene Tracht; ihre Lehre ist 1811 in London geboren; ihr Grahambrod ist dem Viehfutter ähnlich; sie selbst sind oder werden alle Bassermann'sche Gestalten; sie vermuthet, dass die Lehre erdacht sei, um das Proletariat zum Slaven der Industriellen zu machen; „ihre physiologischen Ansichten sind ja ohnehin durch die ersten wissenschaftlichen Autoritäten sattem widerlegt“ (durch wen denn? siehe oben). Solche bodenlose Unwahrheiten, aus gänzlicher Unwissenheit über den betreffenden Gegenstand stammend, gemischt mit giftiger Nachrede, das sind die Mittel, welche die „Vorstadt-Zeitung“ braucht. Da lobe ich mir doch den

g. „Dr. Fleischesser, pract. Arzt“

in No. 327 des Hannoverschen Tageblattes vom vorigen Jahre. Er bringt dieselben Stoffe doch wenigstens in böotischen Knüttelversen mit der practischen Nutzenanwendung:

„Befolgst Du diese Lehren ehrlich, So wird ein Hausarzt Dir entbehrlich.“ Für den Ausfall empfehlen wir ihm die in unserer letzten No. beschriebene frische Blutsuppe seines Collegen Dr. Glück. Weit eleganter spazirt

h. „Der Beobachter“

in Schwaben einher. Er ist sogar höflich, aber er beweist, dass die Willensfreiheit und Geistkultur vom Fleisessen kommt. Er weiss auch, dass die Eskimos viel Fleisch und Thran consumiren, also wohl die höchste Willenskraft und Geisteskultur entwickeln! In den Tropen, meint er, wird nur Pflanzenkost genossen, und dort ist der Mensch die reine Schwäche. Von der indischen Cultur, von dem, was Göthe von der Socontala sagt, hat der Beobachter nie etwas beobachtet; dass man in den Tropen auch Fleisch isst, sogar Menschenfleisch, hat er sich noch nie träumen lassen. Wir empfehlen ihm, die Menschenfleischbude, welche Huxley (Stellung des Menschen in der Natur, aus dem Engl. v. Carus, S. 62) mittheilt, sich anzuschauen. Vielleicht entdeckt der „Beobachter“ dann, dass man von einer Sache doch erst etwas wissen muss, ehe man über sie urtheilen darf. Vor der Hand ist der Beobachter reiner Gefühlsmensch: er empfindet einerseits vegetarianisches Grauen vor dem Thierschlachten, und andererseits läuft ihm das Wasser im Munde zusammen, wenn er an die Hasen denkt — die Hasen, die doch getödtet werden müssen — sonst fressen sie unsere Felder leer — und doch haben sie nur den „Zweck“ vom „Be-

obachter“ — gegessen zu werden — vermuthlich wie jene lieblichen Insecten in Quito nur den „Zweck“ haben — die Phtirophagen zu ergötzen!! Hat der „Beobachter“ nicht mehr Respect vor dem Beruf der Presse und vor sich selbst?

Auch der

i. „Würtemb. Staats-Anzeiger“

hat, wie uns mitgetheilt wird, die geistvolle Ansicht ausgeführt, dass — eine Generation es allenfalls aushalten werde, aber die Nachkommen — die Nachkommen! Wir empfehlen dem Staats-Anzeiger seinen Collegen, den Beobachter, zu studiren, und was dieser — freilich sehr unästhetischer Weise — von den grassfressenden Hasen erzählt! Deutlicher erklärte sich einst ein Doctor in Nordhausen über diesen Punkt und musste sich als Antwort gefallen lassen, was in meiner „Nat. Lebensweise“ S. 134 in der Anmerkung erzählt ist.

In der That, nach solchen Proben der Journalistik, beschleicht uns ein Schamgefühl, dass solche Dinge in Deutschland überhaupt möglich sind. Ahnungslos bspötteln und verleumden sie ein „Trüpplein“ Zeitgenossen und wissen weder, dass sie damit der Wissenschaft in's Angesicht schlagen, noch dass sie die edelsten Geister, deren Ruhm durch die Jahrhunderte auf uns gekommen, mit Koth bewerfen.

Endlich hat auch

k. Herr Dr. Bock

wieder ein Buch geschrieben: „Bau, Leben und Pflege des mensch-

lichen Körpers“ — „unter Mitwirkung von Schulmännern für Schüler dargestellt“ — (5 Sgr.) und seine „Gartenlaube“ rühmt die bereits ungeheure Verbreitung desselben. Herr Dr. Bock ist nun bekanntlich eine Geißel medicinischen Aberglaubens und seine Schriften nützlich, aber er selbst trägt noch die Spuren seiner Schule, wie das die Schrift „Herr Professor Dr. C. Bock in der Gartenlaube, eine Kritik seiner Heil- und Gesundheitslehre von Th. Hahn, Berlin 1868“ näher nachweist. (Vergl. Naturarzt 1868, No. 7—10.) Wir würden dies hier auch nicht erwähnt haben, wenn nicht Dr. Bock in seiner neuesten Schrift der Vegetarianer gedächte.

Seine Schrift von 172 Seiten widmet nemlich drei Blattchen auch der „pflanzlichen Nahrung“ und sagt u. A. S. 130 von uns: „Man beantworte sich auch einmal die Frage: Wenn alle Menschen, wie die sogenannten Vegetarianer wollen, nur Pflanzennahrung und keine thierische zu sich nähmen, wo kämen dann für Menschen und Thiere die nothwendigen Nahrungs-Pflanzen her und was sollte dann mit den pflanzenfressenden Thieren werden? Und alle Pflanzenfresser (wie Schafe, Pferde etc.) auszurotten, dürfte doch eine unberechenbare Störung im Haushalte der Natur verursachen.“

Diese Stelle ist der sonnenklare Beweis, dass Herr Dr. Bock zwar sonst ein sehr gelehrter Mann sein mag, aber den Vegetarianismus und

seine Literatur absolut nicht kennt und über das System derselben, von dem er etwas gehört, absolut nicht nachgedacht hat. Zum näheren Nachweise diene hier nur Folgendes.

1. „Wenn die Menschen keine Fleischesser wären, wo kämen alle Nahrungspflanzen her?“ Herr Dr. Bock weiss aber doch, denn er sagt es selbst, „dass das Pflanzenreich alle zu unserer Ernährung unentbehrlichen Nahrungsstoffe darbietet“, er könnte aber auch wissen, dass wir socialökonomisch eine furchtbare Verschwendung treiben, indem wir Pflanzenmassen aufwenden, um „Fleisch“ zu erzeugen. Siehe unten Liebig's Berechnung und vergl. meine „Reform der Volkswirtschaft“. Es steht umgekehrt so, dass das „Fleisch“ immer theurer wird, bis wir lernen werden die bei uns 3mal billigeren Pflanzenstoffe zur Nahrung zu nehmen. In Carey's Socialökonomie kann Herr Dr. Bock nachgewiesen finden, dass die Menschheit wider Wissen und Willen bereits nach diesem Ziele unterwegs ist.
2. „Wenn die Menschen kein Fleisch ässen — was sollte dann aus den pflanzenfressenden Thieren werden? Also wirklich, auch dieser geistreiche Grund findet sich bei Herrn Bock und wird in den Schulen triumphirend eingeführt. Also „damit sie wegkommen“ essen wir die Thiere?? Warum erziehen wir sie denn??? „Damit sie wegkommen“ essen

allerdings Menschen noch ganz andere Wesen, wie die Phitrophagie der Bewohner Quito's zeigt.

3. „Alle Pflanzenfresser (Schafe, Pferde etc) auszurotten dürfte doch wohl eine unberechenbare Störung im Haushalte der Natur verursachen“. — Aber Herr Doctor, wenn Sie überhaupt wüssten, was ein Vegetarianer ist, würden Sie unmöglich sagen, dass sie „alle Pflanzenfresser auszurotten“ wollen: Das ist der pure Unsinn, den Sie in den Schulen einführen, gerade wie Ihre Bezeichnung des Salzes als „Nahrungsmittel“. Wenn Sie vielleicht meinten, dass Vegetarianer nicht so viel Pflanzenfresser künftig züchten würden, weil sie kein Schlachtvieh brauchen, so haben Sie Recht, wenn Sie aber glauben, dass dadurch „der Haushalt der Natur unberechenbar gestört werden würde, — so ist das gedankenlos: der Haushalt der Natur ruht auf Mächten, die stärker sind als die Menschen. Wenn Sie aber statt „Haushalt der Natur“ etwa den Haushalt der Herren Oekonomen meinten, so wäre das für gedankenlose Oekonomen freilich richtig: die denkenden aber wissen sich in die bessere Ordnung leicht zu finden, wie Sie selbst in diesen Blättern finden können.

Nächst dem sagt der Herr Dr. Bock noch an einer anderen Stelle, was auch der Stuttgarter Beobachter No. 271 entdeckt haben will, dass die Widerlegung unseres Systems durch die

Erfahrung gegeben werde, denn „Völker, die hauptsächlich von Pflanzenkost leben, sind unkräftig, sanft und sklavischen Sinnes, während Völker, die vorzugsweise Fleischnahrung geniessen, kriegerisch und freiheitsliebend sind“ S. 129, und als Beispiel führen Sie (S 125) Engländer und Indier an. Abgesehen von dem Widerspruch, dass Sie S. 129 beweisen, dass alle Indier Fleischesser sind (!), heisst das die Erfahrung nothzuchtigen. Warum sagen Sie nichts vom Gegentheile Ihrer angeblichen Erfahrung, das Ihnen alle bezüglichen Schriften über natürliche Lebensweise hundertfältig vorführen? Wollen Sie, Hr. Dr., wirklich die ganze höhere menschliche Cultur vom Fleischessen ableiten? Ihr Stuttgarter Gesinnungsgenosse übertrifft Sie noch, indem er nach Liebig auf die Menagerien hinweist und meint: Seht die Grassfresser — lauter schwache Sklaven, und seht da die Fleischfresser — lauter starke freiheitsdurstige Thiere! Solchen Blödsinn bringt der Carnivore in aller Naivität zu Tage. Er scheut sich nicht die grössten Täuschungen sich selbst zuzufügen. Schade dass wir keinen Gorilla ihm zum Besuche schicken können, um ihm seine Unkenntniss der Natur zu beweisen. Aber auch Hr. Dr. Bock scheint zu Gunsten des Beefsteaks einen Unterschied zwischen Grassfressern und Fruchtfressern nicht zu kennen oder kennen zu wollen (vergl. S. 124) sonst würde er uns nicht behandeln, als ob wir Grassfresser wären. Nicht einer von den exacten naturwissenschaftlichen Gründen, die für die natürliche Lebens-

weise sprechen, findet bei Bock einen Widerlegungsversuch: ein Beweis — so nehme ich zu seinem Gunsten an — dass er diese nicht kennt

(Schluss folgt.)

Slavibor Breuer,

unser Mitglied in Kuttendorf, Oekonom, beabsichtigt aus der Stadt auf das Land zu ziehen, wo er seiner praktischen humanen Idee glaubt besser nachleben zu können. Welche Gestalt diese Idee bei ihm gewonnen, werden die Freunde gern aus seinem eigenen Munde hören. Er schreibt unter dem 6. December:

Ich bin nun schon durch volle sieben Jahre Vegetarianer und verdanke meine völlige Umkehr zum naturgemässen Leben Theodor Hahn's Schrift: Die naturgemässe Diät. Ich machte plötzlich die nöthigen Aenderungen in meiner bisherigen Nahrungsweise und mir war dies um so leichter, als ich schon von der frühesten Jugend gewissen diätetischen Grundsätzen huldigte, denn als ich etwa 16 Jahre alt war, las ich einige Wasserschriften über das damalige Priesnitz'sche Heilverfahren und beschloss die dort angerühmte Diät zu befolgen, d. h. warme Speisen meiden, Salz, Essig, Gewürze u. dgl. m. so viel als möglich zu entbehren, sich einfach nähren, sehr oft sich baden und nur Wasser trinken. Und so lebte ich durch acht Jahre, bis ich auf den reinen Vegetarianismus aufmerksam wurde und mich auch unter die eifrigsten Jünger einreihete.

Wie ich nun einfach und naturgemäss lebe, sowie mein Geist völlige Harmonie beherrscht, ich ein äusserst zufriedenes Dasein führe; eben so ist es mein Streben, diese meine eigene Glückseligkeit auch Andern mitzutheilen, also sie auf die nämlichen Wege zu führen, auf welchen ich nun wandle. Ich wählte mir dazu die verwahrlosten Waisenkinder.

In Nr. 8 des Naturarztes für 1867 habe ich für die Errichtung von Armenkinderanstalten nach naturgemässen Principien gesprochen und mit dem Monate Mai d. J. meine Idee ins Leben gerufen, nämlich fünf Waisenkinder aufgenommen, mit dem Vorsatze, ihnen eine mehr natürlichere Erziehung angedeihen zu lassen, nach Möglichkeit noch mehr Kinder aufzunehmen und allmählig dahin zu wirken, dass ich mit der Zeit eine eigene Colonie gründe, deren Bewohner sich das ganze Leben hindurch eines wahrhaft naturgemässen Lebens befleißigen sollen. Ja, es wäre für das allgemeine Wohl etwas sehr Wünschenswerthes, schon jetzt eine Ansiedelung von lauter Vegetarianern zu besitzen, der Nachahmung würdig

Es gäbe in der Colonie keine Industrieunternehmung, welche schädlich auf den Körper einwirken würde und nur die Genusssucht zu ihrem Zwecke hätte. Die Colonisten würden keinen Tabak consumiren, noch geistige Getränke; sie würden sich zweckmässig kleiden und sich die nothwendige Bekleidung selbst zurichten; als Nahrung würden nur dienen selbst erzeugte Feld- und Baumfrüchte; Streitigkeiten und sonstige Prozesse möchten nie existiren und die allumfassendste Liebe würde herrschen unter den Ortsbewohnern. Jede Mutter müsste selbst die Lehrerin für ihre Kinder sein und würde in kranken Tagen die Stelle des benöthigenden Arztes vertreten; der Gatte aber sei das geistliche Oberhaupt seines Familienkreises und in den Tagen der Gefahr der Beschützer seines heimatlichen Heerdes. So müsste beschaffen sein diese neue Gemeinde, um als Muster zu dienen, nicht nur in diätetischer, sondern auch in religiöser und sozialer Hinsicht.

Ich bin nämlich auch ein eifriger Leser Ihrer Religionschriften und gedanke meine Pfleglinge später in den Grundsätzen Ihrer Religionsanschauung zu unterrichten. Ich gehe schon Jahre

lang in keine Kirche, war schon eine Ewigkeit nicht in der Beichte und fühlte nie Gewissensbisse. Mir behagt es, froh in der Natur umherzustreifen und bei jeder mir neuen Beobachtung des Erschaffenen Lob zu preisen dem unendlichen All. Wäre ich ein gewandter Redner, so würde ich das Land durchstreifend ein wandernder Apostel werden dieser neuen Wahrheit, so aber wählte ich mir zwar einen langwierigen, aber desto sicherer und nachhaltig wirkenden Weg, nämlich die Erziehung der Waisenkinder nach den natürlichsten, vernünftigsten und sittlichsten Grundsätzen. Trotzdem aber, dass ich trachte, verwahrlosten Knaben eine sichere Zukunft zu verschaffen, sie das Leben in seiner Wahrheit kennen lernen zu lassen, ihnen zu zeigen, wie sie die Gesundheit schätzen, das höchstmögliche Alter erreichen, und auf welche Art sie sich die nothwendigsten Lebensbedürfnisse erwerben können und sollen, trotz alledem wurde mir einst der Vorwurf zu Theil: dass ich mich mit allem meinen Thun und Lassen an der Menschheit veründige. Doch hierüber etwas Weiteres in einem späteren Schreiben.

Mit aller Hochachtung

Slavibor Breuer.

Kuttendorf in Böhmen,

6. December 1868.

Meditationen eines Vegetarianers

von

Franz W. Kubiczek in Wien.

I.

Die folgenden Zeilen sind zunächst für Diejenigen bestimmt, die nicht unserer Lebensweise huldigen, sondern denen die vorliegenden Blätter vielleicht durch Zufall in die Hände gerathen; auch wir haben unsere Bekehrung einem Zufalle zu danken, indem vor 2 Jahren Hahn's „Naturgemässe Diät“ in unsere Hände gelangte, und so

glauben wir, dass manche Denker, manche klar blickenden Leser beim Lesen dieser Zeilen noch zur rechten Zeit der Gefahren inne werden, die sie auf dem Lebenswege früher oder später aber ganz sicher erwarten. Vielleicht findet ein Leidender oder Kranker Trost und Hoffnung in unseren Zeilen und segnet dann einst diesen günstigen Zufall.

Was lernen wir nicht alles auf Gymnasien, Real-, technischen Schulen und Universitäten?! Alles, so sagt man, was wir für unsere Existenz als Beamte, Lehrer, Kaufleute etc. brauchen, wir betreiben somit während der Schuljahre ein Brodstudium. Nach den Studienjahren ergreifen wir ein Geschäft, ein Handwerk, ein Amt. Sei es schmal oder einträglich, das Verlangen nach sinnlichen Genüssen und Reizen für den Schlund und Magen wird an dem Tage mächtiger, an dem wir in der menschlichen Gesellschaft unsere eigene Existenz begründet haben. Unser Leben war in jungen Jahren reizend, stürmisch, genussüchtig, ist es da ein Wunder, dass wir es als reife Männer in doppeltem Maasse ausnützen und geniessen (?) wollen? Während unserer Studienjahre hören wir nur dann und wann ein Kapitel über die Gesundheit, vielleicht gar nicht, und dieses Wenige ist meistens falsch, seicht und unbrauchbar, um als kräftige Stütze, als wahres mächtiges Wort im Leben zu dienen, und so werden wir als Männer, gar oft schon früher, von Krankheit und Siechthum heimgesucht, leiden, jammern, seufzen und hüten das Bett oft wochen-, monate-, ja jahrelang, während wir der menschlichen Gesellschaft nur als gesunde und arbeitende Factoren Rechnung zu tragen haben. Kann Jemand die durch Krankheit verlorene Zeit einbringen oder ersetzen? — Es bewährt sich an der Menschheit der Kant'sche Satz: „Was der Mensch isst, das ist er“. Und so essen oder schwelgen wir uns Krankheit und

Siechthum an den Hals und sind für unsere Mitmenschen wahre überflüssige, unnütze Jammergestalten! Dann flüchten wir zu Aerzten und bieten Geld, Hab und Gut um die verlorene Gesundheit wieder zu erlangen, manchmal gelingtes, am häufigsten ist es vergebens, bis uns der Tod von unserem Jammer erlöst. Wie schwer werden wir für die Versündigung an den ewigen Naturgesetzen bestraft! Wenn wir uns in der Gesellschaft umschaun, so finden wir, dass vom Bankier bis zum Bettler keiner nach den einzig wahren Gesetzen der Natur leben will. Genüsse, nur Genüsse in der üppigsten, reizendsten Form schweben als das einzige Ideal vor den Sinnen unserer modernen Culturvölker. Darnach ist ihr ganzes Sinnen, Trachten und Jagen gerichtet. Was ist da von der Zukunft zu erwarten, zu hoffen? Wenig, lieber Leser. Die Menschheit geht auf ihren Wegen durch die Genusssucht schnurstracks ihrem Verderben entgegen. Man wende hier nicht ein, „nur in Grossstädten ist die sittliche und physische Verderbniss zu Hause, die Landbevölkerung bleibt von der grossstädtischen Civilisation und Genusssucht verschont“, nein, auch die Bauern, Handwerker und niederen Volksklassen auf dem Lande treten von Jahr zu Jahr genau in die Fusstapfen ihrer grossstädtischen Genussbrüder und die Krankheiten werden ebenso zahlreich auf dem Lande wie in Grossstädten, dieselbe Unmässigkeit, dieselbe Trunksucht, dieselben Genüsse in allen Formen. Nach wenigen Dezennien werden wir keinen Mann finden, der nicht entweder scrophulös, hektisch, schwindsüchtig oder halb blind wäre. Keine Uebertreibung; denn das practische Leben bestätigt unsere Wahrnehmung, und liefert die Illustration zu den obigen Worten. Auch wir gehörten noch vor 2 Jahren zu diesen Genussmenschen, die ihr theures Leben nur so bald als möglich verbrennen; seit jener Zeit sind uns die dicken Schuppen von den Augen

gefallen, und wir finden uns gestärkt, gehoben unsere Grundsätze überall und öffentlich zu bekennen. Nicht zu geringem Verdienste können wir es dem Herausgeber dieser Blätter anrechnen, dass er so viel Energie, Edelmuth und Aufopferung besass, diese Blätter in's Leben zu rufen, sie sind uns Vegetarianern der treue aufrichtige Freund, der uns aufrichtet, wenn wir an den Zechgelagen der Alltags- und Genussmenschen vorübergehen. Klopfet an daher ihr von edlem Menschengeiste durchtränkten Blätter mit wichtiger Schwere an den Pforten des glänzenden Palastes, an den Thüren der Armen und Leidenden und begehrt stürmisch Einlass und Wort an jedem Tische der Gesellschaft, rufet in jedes Haus mit donnernder Stimme: „Licht, es werde einmal Licht und Wahrheit unter den Menschen!“

(Fortsetzung folgt)

Mitgliedschaft.

Dem Vereine sind ferner beigetreten: Herr Franz C. Preusenz, Vorstand der Triester Versicherungsbank in Wien. Herr Schuhmachermeister J. Nihm mit Frau und 2 Kindern in Brandenburg. Herr L. Enderling, Arzt in Gülzow, Pommern. Fräulein Anna Lortzing, Kindergärtnerin in Berlin, Brunnenstr. 123a. Herr Th. Nauhaus in Christiansfelde, Nordschleswig. Frau Bankdirector Doerstling, Sondershausen. Herr Mardfeld, Commis, Nordhausen. Herr Johann Orendi, Fabrikant in Kronstadt, Siebenbürgen, sowie dessen Freund Herr Salabsky daselbst. Frau Oeconomieamtman Anna Ulrich in Beuern bei Heiligenstadt. Herr Kreisrichter Falcke in Frankfurt a/O; Herr Wilhelm Schulz (Adresse: Schall & Schwencke) in Schwerin; Herr Steuer-einnehmer Wilck und Tochter Fräulein Pauline Wilck in Tangermünde. Zusammen 266.

Für Turner.

Es ist eine bekannte Erscheinung, dass Jemand, der nach längerer Ruhe wieder turnt, reitet, rudert oder Schlittschuh läuft, davon Gliederschmerzen bekommt. Namentlich nach dem ersten Turnen sind diese Gliederschmerzen sehr arg und unter dem Namen „Turnfieber“ bekannt. Nun fiel mir auf, dass im vorigen Frühjahr, als ich nach langer Pause das Turnen wieder anfang, das gefürchtete Turnfieber ausblieb. Ich hatte vorsichtig begonnen und erklärte mir es damit. Im Laufe des Jahres habe ich aber noch zweimal pausiren müssen und bin jedesmal beim Wiederbeginn vom Turnfieber verschont geblieben. Sollte das von einer besseren Blutbeschaffenheit in Folge naturgemässer Lebensweise kommen können? — Wir haben mehrere Turnlehrer im Vereine, die könnten darüber vielleicht Beobachtungen machen.

Ein jüngerer Freund, der jetzt seit sechs Wochen naturgemäss lebt und gleichfalls wieder angefangen hat zu turnen, ist nicht ohne Turnfieber abgekommen — er hatte allerdings auch gleich die angreifendsten Uebungen durchgemacht. Es wäre interessant, hierüber mehrere Erfahrungen zu sammeln.

A. v. S.

Von den Schellocks (einem Stamme im südlichen Marokko) sagt das Mag. f. Lit. d. Ausl: „Man beschreibt sie als sehr robust und kräftig, obwohl sie niemals Fleisch essen und nur von Honig und Gerste leben.“

E. W.

Berichtigung. Zu dem uns mitgetheilten Citat aus Liebig (siehe S 79) und Vorbemerkungen geht uns folgende willkommene Berichtigung zu: „Was nun die Behauptungen in Betreff der Japanesen und Chinesen anlangt, so sind dieselben entschieden sehr ober-

flächlicher und ungenauer Art. Einmal verbietet die Religion den Chinesen bei Leibe nicht den Fleischgenuss, denn nur ein Theil dieser Nation hängt der buddhistischen Religion an, und selbst von diesen enthalten sich nur die Priester des Fleischgenusses. Demgemäss fällt denn auch die Viehwirtschaft bei denselben keineswegs weg, sondern Schweine und Geflügel werden in grosser Menge gezüchtet. Ich war einige Zeit in China ansässig und wenn ich des Morgens durch die Strassen ging, wo der Markt abgehalten wurde, so sah ich daselbst grosse Massen von Schweinen, Geflügel und Fischen aller Art zum Verkauf ausgeben und nicht etwa für die dort ansässigen Europäer, sondern für die chinesische Bevölkerung selbst. Auch auf dem Lande laufen die Schweine überall in grosser Zahl umher und Fischzucht und Fischerei sind wohl kaum in irgend einem Lande der Welt so in Flor, wie in China. Auch der Handel in gesalzenen und getrockneten Fischen ist ein ganz beträchtlicher, ebenso wie der Salzconsum sehr bedeutend und das Salzmonopol eine der Haupteinnahmen der Regierung ist. Diesem ganz abnorm grossen Salzconsum mögen auch wohl viele unter den Chinesen herrschende Krankheiten, so wie auch ganz besonders ihre erschreckliche Lüsternheit zuzuschreiben sein. Und um endlich das Düngungssystem der Chinesen noch einmal zu berühren, so ist daselbe keineswegs ein empfehlenswerthes. Die Kulis tragen in ihren Eimern am Bambusstabe den ekelhaftesten Dünger (menschliche Excremente) in flüssiger Form, welche so auf die schon keimenden Pflanzen gebracht werden, wie Ihnen früher mitgetheilt (Siehe S. 48). In Japan nun zwar bin ich nicht gewesen, doch sind die beiden Nationen in diesen Dingen auf's nächste verwandt und haben mir verschiedene Leute, die dort längere Zeit waren, versichert, dass die Düngung mit menschlichen Excrementen dort ganz dieselbe

sei. Im Ganzen nun freilich mag diese Angelegenheit uns ziemlich gleichgültig sein, ich wollte die Angaben des Vereinsblattes aber nur deshalb gern berichtigen, damit nicht etwa der eine oder der andere der Leser, welcher nicht in der Lage ist, selbst zu prüfen, dergleichen mit zur Begründung unserer Ansichten benutze und damit bei Leuten, die es besser wissen, das gerade Gegentheil erziele.

Vernimb.

Vereinstag.

Für die Tagesordnung sind bis jetzt folgende Anträge eingegangen: 1) Was ist Vegetarianismus? 2) Ist der Name Vegetarianer mit einem deutschen vertauschbar? 3) Entwurf eines Statuts für den Verein. 4) Beschluss über ein Vereinsorgan. 5) Sendung gewisser Schriften an die physiologischen Lehrstühle an 23 Universitäten. 6) Sind animalische Producte vom lebenden Thiere zur Nahrung zulässig oder zu empfehlen? 7) dto. vom lebenden oder todtten Thiere zum äusseren Gebrauch? 8) Ueber Benutzung der Thiere überhaupt. 9) Ob und in wie weit Medizin zulässig ist? 10) Welcher Ersatz für den wegfallenden animalischen Dünger ist zu empfehlen? 11) Die Bodenmischung in der Agricultur. 12) Antrag an die Gesetzgebung. —

Es ist ferner der Antrag gestellt und wird hierdurch empfohlen: Die auswärtigen Vereinsgenossen, welche den Vereinstag bestimmt zu besuchen gedenken, möchten dies der Redaction zur

Der Vereinstag wird für diesmal müssen im Centrum, also in Nordhausen oder dessen Nähe stattfinden, wenn nicht in Stuttgart, worüber wir noch Nachricht erwarten.

D. R.

Selbstverlag des Herausgebers **Eduard Baltzer** in Nordhausen.
In Commission bei **Ferd. Förstemann** daselbst.

Druck von **Th. Müller** in Nordhausen.

Anzeige in diesem Blatte schon jetzt zu melden die Güte haben, damit man wisse, auf welchen Besuch man zu rechnen habe. (Die Redaction ist zur Vermittelung gern bereit, und bittet um bezügliche Notiz bis 1. März.)

Literarisches.

Der „Naturarzt“ von Th. Hahn, enthält in No. 3 u. 4: Winter, tödliche Gelbsucht, Krankengeschichte. v. Seefeld: Studien über Gesundheit und Krankheit. Bücher-Besprechung: Dr. Padioleau, von der moralischen Heilkunde bei Behandlung nervöser Krankheiten; Gekrönte Preisschrift **Der Magenkrampf**. Die Kunst des Athmens. Vom Luchertisch: Pflege des gesunden und kranken Kindes; Belehrung für Mütter, von Dr. Götz. Klima für Lungenkranke. Kleinere Mittheilungen. (Wer das Blatt gern schnell haben will, dem ist zu empfehlen, sich an „Hrn. Th. Hahn in Waid bei St. Gallen“ zu wenden, der es gern per Post zuzenden wird. D. Red.)

Die „Volksblätter“ für naturgemässe Lebens- und Heilweise von J. M. Kuhn, Arzt in Seon (Schweiz), eröffnete mit Januar ein neues Abonnement.

Soeben erschien:

Gegen Impfung und Impfwang. Gemeinverständliche Streitschrift wider Dr. Hoffert, Kreisphysikus in Karthaus bei Danzig. Von **L. Belitski**. Nordhausen 1869. 6 Sgr.

Anzeige. Ein junger Mann beabsichtigt in Nordhausen eine Bäckerei nebst Wirthschaft für Vegetarianer einzurichten. Sollte Jemand geneigt sein ihn dabei durch geeignete Mittel zu unterstützen, so bittet derselbe um gefällige Mittheilung an die Redaction d. Bl.

Vereins-Blatt

für Freunde

der natürlichen Lebensweise

(Vegetarianer).

(Zweite Ausgabe.)

N^o 7.

Nordhausen, den 1. März

1869.

Nur wer die ganze Stimme der Natur
Heraus hört, dem wird sie zur Harmonie.
Leop. Schefer L. B. 1 Jan.

Die Wege zur natürlichen Lebensweise.

9. Der vollkommene Einklang des Ganzen.

Wir haben, um uns zu sammeln, auf die verschiedenen Wege hingedeutet, die uns zu demselben Ziele natürlicher Lebensweise führen. Jeder Weg bedeutet hier eine andere Weise von Betrachtungen, Beweggründen und Ueberzeugungen. Wer immer durch eine oder mehrere derselben, oder durch noch andere, die wir nicht berührt, zum Handschlag mit uns und zum Eintritt in jenen Tempel kommt, von dem wir sprachen (No. 2), der sei uns aufrichtig willkommen. Im Heiligthum der Wahrheit werden wir uns gewiss verstehen lernen, wenn wir auch verschiedene Sprachen reden.

Denn sehr verschiedenen Werth haben allerdings die Beweggründe, die uns treiben. „Nur kein Vermischen der Motive, keine falsche Sentimentalität“ — so schrieb uns neulich ein philosophischer Freund, — „hier hat der Verstand allein Recht, zu entscheiden. Die Frage

des Vegetarianismus ist einfach; bedarf der Mensch Fleischnahrung oder nicht? worauf zeigt seine Organisation hin? Gelingt es Euch diese Frage in Eurem Sinne zur Entscheidung zu bringen — und Vieles spricht dafür, dass Ihr hierin Recht habt — so ist alles Andere hinfällig.“ Nun wohl, die allerdenkbarnüchternste Forschung mag antworten! Sie hat geantwortet wie wir, und wird antworten wie wir. Dennoch glauben wir nicht, dass damit (Weg 3, S. 33) die Sache erledigt ist.

Andere, und Ihrer sind Viele, geben wenig oder Nichts auf die anatomische Structur — sie fragen allein nach der Gesundheit (Weg 4, S. 36). Der Weg des Heils ist ihnen ein Kurversuch — hilft es nicht, so verwerfen sie ihn. Man sieht, es ist das nicht nur ein recht egoistischer Standpunkt, sondern auch ein recht trügerischer. Denn wenn ein organisch unheilbar Kranker nach einer „Probe“ des Vegetarianismus nicht gesund wird, so lobt er sich wieder die Fleischtöpfe Aegyptens. Kann es Einfältigeres geben? Und doch liegt auch hierin die Wahrheit mit ausge-

sprochen, denn, wenn unsere Lebensweise die unserer Natur wirklich entsprechende ist, kann man nicht mit Sicherheit erwarten, dass sie ganz allein mehr Krankheiten heilt und verhütet als alle Mediziner zusammen genommen? Der Vegetarianismus ist nicht Arzt, er ist Gesetzgeber für das gesunde Leben. Die Weisheit folgt ihm auch da, wo vielleicht manch körperlich Leid getragen werden muss, ja da erst recht, um diese Tragfähigkeit zu vermehren.

So hat jeder der in den bisherigen Nrn. dieser Blätter gezeigte Weg sein Eigenthümliches.

Viele unserer Mitglieder sind kerngesund — und haben Anatomie auch nicht studirt. Aber es widerstrebt ihrem Gefühl, ein armes Thier, das empfindet wie wir, das Erinnerung und somit Verstand hat, ähnlich wie wir, abzuweiden, die Leiche auszuweiden und zu kochen oder zu braten, und zu verzehren. Das Gefühl lässt sich durch den wohlfeilen Spott von „Sentimentalität“ nicht ersticken. Die Kinder beschämen häufig das abgestumpfte Geschlecht der Alten; ja selbst von diesen würden sicher Tausende auf allen Fleischgenuss verzichten, wenn sie mit **eigenen** Händen die Henker der betreffenden Thiere und ihre Köche sein müssten. Der Spott mit der „Sentimentalität“ ist nichts als eine Selbsttäuschung. Es wäre dann auch nur „sentimental“, dass man nicht Menschenfleisch isst, wie so viele gethan haben. Umgekehrt, die Vegetarianer haben der Welt genug bewiesen, dass sie nicht von krankhaftem Gefühle beherrscht sind. Im Gegentheil, wenn sie ein stärkeres Gefühl als Ihr für die Heiligkeit des Lebens haben und kraft

desselben gerecht auch gegen die Thierwelt zu sein suchen, was habt Ihr dagegen? Sagt Ihr nicht selbst, dass Rohheit gegen die Thierwelt auch roh gegen Menschen mache, dass die Thierkämpfe im römischen Circus und die spanischen Stiergefächte einen verderblichen Einfluss auf die Gesittung der Menschheit üben?

Wieder Andere sagen: das Alles ist untergeordnet. Aber es ist ja klar wie zwei mal zwei gleich vier, dass die Fleischesserei das Brod vertheuert (Weg 6) und die sittliche Verwahrlosung in ihrem Gefolge hat (Weg 7).

Die soziale Frage ist absolut unlösbar, wenn nicht alle Welt zur Kritik des Consums sich entschliesst (Natürl. Lebensw. II. Abthlg.) und die Wurzel allen Uebels ausreisst. Die Geschichte (Weg 5) ist unsere Erfahrung; sie lehrt, dass es geht, ja dass es nur so geht, nämlich zum Heil. Wer in diese That-sachen sich vertieft, erstaunt über die Blindheit der Welt, aber er bedarf keiner andern Gründe um sofort das eigene Leben umzugestalten, wenn das nöthig war.

So, meine ich, können die verschiedensten Betrachtungen uns zu demselben Tempel des Friedens einführen, uns Alle, Juden und Christen, Monarchisten und Republikaner, Gelehrte und Ungelehrte u. s. w.

Wenn es dann aber noch eines Lydischen Prüfsteins bedürfte, an dem wir die Wahrheit unseres Systems erproben wollten, wie man das Gold prüft: nun den Prüfstein haben wir in der Hand, sobald wir alle diese verschiedenen Gründe zusammenfassen. Der absolut widerspruchslose Einklang, in welchem das Leben mit sich selbst durch unser System

gesetzt wird, das, und das allein ist die höchste, die entscheidende Instanz!

Da hat denn der Anatom, der Physiologe, der Socialist seine Befriedigung, seine hoffnungsschöne Perspective so gut wie der Arzt, der Erzieher, der Landwirth, der Künstler, das Kind in seinem reinen Gefühl, der Greis in seinem verlängerten geistesfrischen Leben!

Heran mit den Waffen des Geistes, Ihr ehrlichen Gegner, wir fürchten uns nicht! Aber Gründe, Gründe, nicht Vorwände, nicht Beschönigungen unserer menschlichen Schwächen und Irrthümer wollen wir sehen. So lange Ihr diese stichhaltigen Gründe uns schuldig bleibt, (Weg 8, S. 81) so lange haben wir keine Ursache, das Licht unter den Scheffel zu stellen. **Ed. Baltzer.**

Costanziella von Capri.

Wenn man einer Mutter empfiehlt, sie möge doch den Kindern keine Fleischbrühen und Fleischspeisen geben, so wird man fasst regelmässig die besorgte Frage hören: Aber woher sollen die Kinder denn Kraft bekommen? Diesen besorgten Müttern möchte ich folgende reizende Schilderung mittheilen, die sich in dem Prachtwerke von F. Gregorovius, die Insel Capri (mit Zeichnungen von Lindemann-Frommel) befindet:

„Ein ganz allgemeiner Schmuck der Weiber Capris und köstlicher als Gold sind ihre Zähne. Ich glaube, die Menschen von Capri haben so herrliche Zähne, weil sie nichts zu beissen haben. — Man muss diese zierlichen Gestalten in Gruppen vereinigt sehen, oder sie betrachten, wenn sie bergauf kommen, die antik geformten Wasserkrüge, oder Körbe voll Erde, oder Steine auf den Köpfen tragend. Weil sie arm sind, erwerben sie sich durch Lastträgerdienste kümmerlichen Lohn. Das

Mädchen von Capri ist das eigentliche Lastthier der Insel, und man sieht also die lieblichsten Kinder von 14—20 Jahren, Gabriele, Costanziella, Mari, Antonia, Concetta, Teresa und so viele andere, deren Köpfe draussen in England, in Frankreich und Deutschland auf manchem Gemälde bewundert werden, vom Meeresstrande aufwärts Lasten, kaum für Männerstärke zwingbar scheinend, auf eben diesen Köpfchen tragen. — Es kam vor 14 Tagen ein neapolitanisches Schiff an die Insel und lud auf der Marina eine Fracht von Tuffsteinen aus, welche zum Ausbau des alten Klosters dienen sollten. Diese Steine wurden sämmtlich innerhalb 5 Tagen auf Mädchenköpfen nach dem Kloster befördert. Der Weg ist so steil, dass ich ihn täglich verwünschte, wenn ich vom Bade frisch und unbeschwert zurückkehrte, weil man oben ganz erschöpft anlangt. Aber 5 Tage hindurch schleppten die Mädchen, etwa 30 an der Zahl, die Steine diesen Weg aufwärts. Sie trugen 2 übereinander, die schwächeren nur einen. Mich von dem Gewicht zu überzeugen, hob ich einen dieser Steine, und mit aller Kraft beider Arme gelang es mir, ihn so hoch zu erheben, dass ich einen dieser reizenden Köpfe belasten konnte. Die Kinder gingen an diese Sisyphus-Arbeit vor der Sonne und endeten, wenn sie in ihrer vollen Purpurgluth hinter der fernen Ponzainsel versank. Täglich stiegen sie in der Hitze des August 16 mal also belastet den Berg empor. Die Scenerie gewährte einen seltsam schönen Anblick und die Maler versäumten nicht, die reizenden Gestalten zu zeichnen. — Und wahrlich, ich konnte sie nie ohne Bewunderung und ohne Rührung betrachten. Sie scherzten noch unter ihrer Last und waren heiter und graziös wie immer; mich dünkte, ich hätte nie ein schöneres Bild menschlicher Armuth gesehen. Um die Mittagszeit sah ich dieselben Mädchen manchmal in einem Kreise auf dem

Boden sitzen, im Schatten eines Johannisbrodbaums ihre Mahlzeit haltend; sie bestand aus halbreifen Pflaumen und trockenem Brod, und wenn sie diese kärgliche Kost verzehrt hatten, standen sie plaudernd und lachend auf und schritten wieder flink wie Gazellen die Treppen hinunter an ihre Tageslast.

Wenn ich die Armuth in dem friedlichsten und heitersten Bilde malen sollte, so würde ich sie darstellen in der Gestalt der schönen Costanziella. Wenn sie den heissen Tag hindurch eine Pyramide von Steinen auf ihrem Köpfchen nach dem alten malerischen Kloster befördert hat, lehnt sie des Abends in der kleinen Thür ihres Hauses und ergötzt sich mit der schönsten Musik. Denn sie ist eine vollendete Virtuosin auf der Maultrommel. Sie hat mir manches reizende Stück darauf vorgespielt mit unnachahmlicher Kunst und Grazie, allerlei Meerphantasien, Sirenen-cantaten aus der blauen Grotte, Lieder ohne Worte, wunderbare Arien, die kein Sterblicher zu benennen weiss. Ihre Mutter war eine Frau zum Malen und unterhielt sich am liebsten von Nahrungsmitteln. Costanziella ass niemals Fleisch, sie trug nur Steine und spielte Abends die Maultrommel, dazwischen ass sie trocknes Brod und Pataten*) mit Salz und Oel. Sie lachte einst laut auf, als ich sie fragte, ob sie schon einmal im Leben Braten gegessen habe. Frischer aber und blühender und ringellockiger war weder Hebe im Olymp noch Circe, noch die delische Diana, und keine war heiterer und (mit dem Brummeisen) verständiger.“

Nun, ihr lieben Mütter! — woher haben denn diese Kinder die enorme Kraft und Ausdauer, die Schönheit und den Frohsinn? Aus einfacher, naturgemässer Kost und einfachem, naturgemäsem Leben! — Das ist die einzige Panacee gegen Schwäche, Bleichsucht,

*) oder Bataten, süsse knollige Wurzeln, ähnlich den Kartoffeln.

Nervosität und alle unsere Hausfeinde. Nicht nur auf Capri, sondern auch bei uns!

A. v. S.

Fleischbrühe.

Wie die „Ergänzungsblätter“ des bibliographischen Instituts zu Hildburghausen 1869, Februar-Heft S. 111 mittheilen, hat Dr. Emmerich in Bonn in Pflügers Laboratorium die physiologische Wirkung der Fleischbrühe experimentell untersucht. Das Ergebniss wird so mitgetheilt: „Hiernach bewirkt also die concentrirte Fleischbrühe in kleiner Dosis Zunahme der Anzahl und der Stärke der Herzcontractionen; in grosser Gabe wirkt sie als Gift und tödtet unter den Erscheinungen der Herzparalyse. Das wirksame Princip in der Fleischbrühe, welchem in kleinen Dosen die erregende, in grössern die vergiftende Wirkung zukommt, sind hauptsächlich die Kaliverbindungen derselben. Seitdem Starke durch Experiment festgestellt hat, dass ein Theil der Extractivstoffe des Fleisches die Reizbarkeit des Nervensystems erhöht und direct erregend auf dasselbe wirkt, war man bisher geneigt, die spezifische Wirkung der Fleischbrühe auf die Wirkung der Extractivstoffe ausschliesslich zu beziehen. Nunmehr müssen wir die Hauptrolle letzterer und zwar vorzüglich der Inosinsäure und deren Zersetzungsproducte dahin verlegen, dass sie der Fleischbrühe durch ihren lieblichen Geruch und Geschmack den Werth eines Genussmittels verleihen.“

Da haben wir neuen Beweis der Wissenschaft, dass Fleischbrühe kein Nahrungsmittel, sondern blosses Reizmittel, schädlich wirkendes Reizmittel ist, wie Virchow lehrt und jeder Vegetarianer reichlich weiss. Aber wenn auch ein Engel vom Himmel käme und lehrte dasselbe, man würde die armen kranken Menschen doch mit Fleisch und Fleischbrühe füttern. Uebrigens vergl. S. 78

Liebigs Bekenntniss, dass „Fleisch-Extract bekanntlich nichts Anderes ist, als zur Honigdicke concentrirte Fleischbrühe!“

E. B.

Zur Brodfrage

Aus einem Artikel des Herrn A. v. Seefeld in Nr. 37 und 38 der „Hannoverschen Anzeigen“ entnehmen wir als Ergänzung unserer bisherigen Mittheilungen über die Bereitung des Grahambrodes, dass Herr Gustav Schall in Schwerin dem Ersteren ein 7—8 Pfund schweres, rund und eine gute Hand hohes, vortrefflich ausgebackenes, lockeres, in dünnste Scheiben schneidbares, acht Tage alt noch durchaus wohl-schmeckendes Brod übersendete und dazu schreibt: „ich heize meinen Stubenofen (mit hermetischem Verschluss) tüchtig mit Holz, menge das Weizenschrotmehl in einer Schaale mit lauwarmem Wasser an, so dass es sich gut kneten lässt; dann wird es ein Bischen geknetet und sofort, ohne irgend auf Gährung zu warten, in den Stubenofen geschoben, aus welchem die Asche und die Kohlen vorher rein ausgekehrt sind; dann wird die Thür luftdicht zugeschroben und nach etwa 1½ Stunde ist das Brod gut. Es wird auf diese Weise besser als beim Bäcker, weil die Bäcker in der Regel nebenher Kuchen und dergleichen im Ofen backen und zur Conserwirung des Zuckers den feuchten Dampf ablassen, der für das Brod aber nothwendig ist, wenn es nicht zu sehr austrocknen soll.“

Ist ein einfacheres Verfahren denkbar? So fragt Herr v. Seefeld mit Recht. Kann es ein reineres Brod geben? Und ist an Billigkeit mehr zu verlangen, als ein Brod, welches mit Ausschluss von Staub und Schmutz das ganze Korn ohne irgend welchen Verlust verwerthet?

Ich füge dem noch bei, dass ich selbst Versuche mit Roggen und Gerste gemacht habe, auf Hartmann'scher Mühle gemahlen, im Hause geknetet und beim Bäcker gebacken. Es gab 1) halb Wei-

zen halb Roggen, 2) ganz Roggen, 3) ganz Gerste, 4) halb Weizen halb Gerste ein gleich gutes Brod wie reiner Weizen, nur im Geschmack verschieden, obwohl Alles wohlschmeckend. Bei der Gerste ist es zu rathen, die (mehrmals durch die Mühle gegangenen) grössten Hülsen zu entfernen. Bei allen Fruchtgattungen hängt bei sonst gleich guter Backung der Wohlgeschmack entschieden ab: a. von der Vollkommenheit und Reinheit des Kornes, b. von dem Boden, wo es gewachsen, c. davon, dass das Korn frisch gemahlen und auch das Gebäck frisch genossen wird.

Ed. Baltzer.

Das Horstord'sche Backpulver.

Die sogenannte chemische Brodbereitung aus ungebeuteltem Mehle mit verdünnter Salzsäure und doppelt kohlensaurem Natron, welche J. v. Liebig im vorigen Jahre empfahl, hat fast keinen Eingang in die Praxis gefunden und zwar nicht wegen der dunkeln Farbe solchen Brodes, sondern weil es den mit chemischen Operationen nicht vertrauten Bäckern oder Hausfrauen nur selten möglich war, das aequivalente Verhältniss der beiden Chemikalien zu treffen, so dass entweder Alkali oder Säure im Ueberschusse im Brode blieben, und den Geschmack derartig verdarben, dass es geradezu ungeniessbar wurde, abgesehen von der Gefahr, arsenhaltige Säure zu bekommen etc.

Jetzt empfiehlt Liebig schon wieder etwas Neues, er lässt nämlich jetzt gebeuteltes Mehl verwenden und will den durch die Kleie fortgenommenen grossen Theil der Nährsalze durch Zusatz von Horsford'schem Backpulver, bestehend aus saurem phosphorsaurem Kalk und doppelt kohlensaurem Natron, ersetzen; durch die, bei der gegenseitigen Einwirkung beider Stoffe, sich entwickelnde Kohlensäure (analog der früheren Liebig'schen Methode) wird zugleich die Porosität des Brodes bewirkt.

Ich stimme nun mit Herrn Oelbermann (Naturarzt N. 5) völlig darin überein, dass auch diese Methode eine verfehlte ist, kann aber nicht umhin noch etwas hinzuzufügen und zugleich einen Irrthum des Herrn Oelbermann, der unseren Gegnern recht willkommen sein dürfte, zu berichtigen.

Es ist unbegreiflich wie Gelehrte solche Umwege einschlagen können, um — dennoch nicht ganz zum Ziele zu gelangen. Erst wird durch Beutelung des Mehles mit der Kleie ein grosser Theil der Nährsalze (wie Liebig die mineralischen Bestandtheile der Nahrungsmittel jetzt nennt) abgesondert und dann setzt man sie, auf künstlichem Wege bereitet, in Gestalt zweier Pulver wieder zu. Würden mit der Kleie nur Nährsalze entfernt, so wäre man auf diese Weise wieder auf dem Ausgangspunkte angelangt, aber man entfernt mit der Kleie ausser den mineralischen Bestandtheilen auch noch eine nicht unbedeutende Menge Kleber (Albuminat), welcher an der Oberfläche des Kornes in relativ grösserer Menge vorkommt als im Innern, nicht zu gedenken der jedem Grahambrodesser bekannten, ausserordentlich heilsamen mechanischen Wirkung, der an sich unverdaulichen Hülsen. Anstatt also das Schrotmehl in seiner natürlichen Zusammensetzung, ohne jeden Zusatz, einfach zu Grahambrod zu verarbeiten, gelangt man auf grossem Umwege mit Aufwand von mehr Arbeit und Geld nicht mal ganz zum Ziele und verschlechtert die Naturgabe. Das ist es, was ich noch besonders an der neuen Brodbereitungsmethode des Herrn v. Liebig zu tadeln habe.

Herr Oelbermann geht aber weiter und meint, dass durch die in Rede stehende Methode auch noch animalisches Gift in das Brod eingeführt würde, weil der eine Theil des Horsford'schen Backpulvers aus gebrannten Knochen bereitet wird. Es ist allerdings nicht gerade appetitlich dieses Brod zu verzehren, wenn man

dabei Knochen, mitunter vielleicht gar von Menschen zu verzehren glaubt; aber die Sache verhält sich in Wirklichkeit doch nicht so schlimm als sie Herr Oelbermann sich ausmalt, denn in bis zur völligen Weisse gebrannten Knochen ist alles Organische so vollständig zerstört und ausgetrieben, dass auch nicht ein Atom davon zurückgeblieben ist. Die nach dem Glühen zurückbleibende Substanz, welche allerdings noch die ursprüngliche Gestalt der Knochen besitzt, besteht nur aus rein mineralischen Stoffen, es kann also von animalischem Gifte hier keine Rede mehr sein. Viel unappetitlicher ist die jetzt gebräuchliche Düngung mit frischem Mist, Guano, Knochenmehl etc., denn auf diese Weise gehen in Wirklichkeit schlechte animalische Stoffe in die auf solchem Boden gebauten Nahrungsmittel über und wir Vegetarianer müssten also verhungern, wenn wir uns nicht Alles selbst bauen wollten, weil wir nie wissen können, auf was für Boden unsere Speisen gewachsen sind. Ich für meinen Theil billige weder die Liebig-Horsford'sche Brodbereitung noch die jetzt gebräuchliche Düngung der Felder, aber ich möchte auch nicht, dass man unseren Gegnern die Waffen gegen uns selbst in die Hände giebt, wie dies hier der Fall ist, denn ein nicht mehr vorhandenes Gift kann weder ekelhaft noch schädlich sein und besteht nur in der Einbildung.

L. Belitski.

Lundahl.

Mit besonderer Freude werden die Vereinsgenossen Herrn B. Lundahl, den Verfasser von „Tabak ist Gift“ in unserer Mitte begrüssen. Willkommen verdienter Freund! „Man streitet mit grösserem Muth in einem Verein als einsam“, das ist die Losung seines Berichtes, mit dem er seinen Beitritt zum Verein und die Nothwendigkeit des „Vereinsblattes“ begründet.

Bei dieser Gelegenheit sei eine ge-

schichtliche Frage erhoben, welche der Londoner „Anti-Tobak-Verein“ wohl am besten beantworten kann. Ein Freund der Cigarre schickte mir nehmlich einst das Buch „Tabak ist Gift“ zurück mit der Bemerkung: „Was S. 45 stehe: „In England verurtheilte das Parlament den Ritter Raleigh zum Tode, weil er den Tabak aus Amerika eingeführt hatte“ — sei durchaus falsch — das Buch taue nichts.“ Obgleich nun diese Logik der Cigarre wohl, und ihrer umnebelnden Kraft, aber nicht dem Raucher zur Ehre gereicht, so interessirte mich doch die Frage an sich.

Auf meine Frage an den Verfasser, Herrn Lundahl, sandte mir dieser sein Original, worin es heisst: I England hade Riddaren Raghlieff, för det han ifrån Amerika infort tobak, of parlamentet blifvit démd till déden“ (p. 38). Diese Notiz ist, wie zuvor angegeben, aus einer Arbeit des, von Herrn Lundahl als höchst gewissenhaften und gelehrten, inzwischen verstorbenen Professor Lagus über den Tabak (Helsingfors 1851) entnommen. Erstens also ist es eine Schuld des deutschen Uebersetzers, nicht des Herrn Lundahl, dass in der Stelle „Tabak ist Gift“ S. 45 Raleigh steht statt Raghlieff; zweitens mögte ich um Nachweis bitten, wer ihn geben kann, dass die so berichtete Stelle eine historische Thatsache enthält. E. B.

Finland.

In Helsingfors's Tageblatt vom 31. October 1867 stand:

„Gegen Fleischkost scheint das Volk bei uns noch einen entschiedenen Widerwillen zu hegen. So lauten wenigstens und zwar übereinstimmend, die Berichte aus verschiedenen Theilen des Landes, wo der Bauer seine Kuh für einige Mark (eine Mark finnisch ist ohngefähr gleich 8 Silbergroschen) verkauft, um sich dafür eine geringe Quantität Mehl zu erstehen, den einzigen Nahrungsstoff welcher „richtige Kost“ gewähren kann. Dieses Vorurtheil muss man ernstlich

zu bekämpfen suchen. Wir haben in Erfahrung gebracht, dass Gutsbesitzer auch schon den Anfang hierzu gemacht, indem sie ihren Untergebenen, anstatt der gewöhnlichen Ablöhnung in Roggen nun einen Theil derselben in Gerste, Hafer und Fleisch contractlich feststellen. Die Herren Landprediger, welche vielfach mit gutem Erfolge scharfe Strafpredigten an das Volk hielten, wegen dessen Widerwillen gegen alle Brodsurrogate*), dürften wohl gern auch behülflich sein, dem herrschenden Vorurtheile gegen Fleischkost entgegen zu arbeiten. Hasenfleisch wird von der ärmeren Volksklasse sogar für ungeniessbar gehalten. Das Fleisch ist billig. In Russland kauft man Kühe in Menge von uns, das Stück zu ca. 20 M. f. (20 Mark finnisch). Der eigentliche Grund zu diesen billigen Preisen ist das unglückselige, die Bevölkerung ruinirende Vorurtheil, dass nur Brod Kost sei und möglicher Weise noch gesalzener Fisch; Fleisch aber, dass sei etwas, wovon man nicht leben könne. Das Fleisch ist feil ohngefähr zu 8 Penny das Pfund (ohngefähr 9 Pf.), aber man kauft kaum, oder kauft wenigstens lieber Fisch zu 15 bis 20 Penny à Pf.“

Also Ihr Herren, die Ihr uns immer wiederkänet; „im Norden muss man viel Fleisch essen, wie bei uns im Winter“ — da habt Ihr ein ganzes Volk hoch im Norden, das sich unwillkürlich wehrt gegen den von der Noth und der Thorheit aufgedrungenen Fleischgenuss!! Dem Stuttgarter „Beobachter“ zumal (siehe S. 89) wäre wirklich zu empfehlen, von wegen der „Hasen“ nach Finnland überzusiedeln!! Hier sieht man — wie die Völker zum Fleischgenuss kommen! Der Reiche zwingt den Armen durch Contracte dazu — man weiss ja, wie das so geht. Die Prediger in der Kirche predigen es, ohne Zweifel als göttliche Offenbarung, den Leuten vor!! Und das

*) Weil Hungersnoth im Lande war.

Fleisch ist so billig — ein Beweis wie gross der Abscheu des Volks noch ist vor dieser Unnatur!! —
E. B.

Die Landwirtschaft.

Die natürliche Lebensweise wird bei ihrer allmählichen Ausbreitung einen mehr oder weniger umgestaltenden und in vielen Fällen vereinfachenden Einfluss auf alle Zweige der menschlichen Thätigkeit ausüben. In ganz besonderem Grade macht sich dieser umgestaltende Einfluss auf dem Gebiete der Landwirtschaft geltend, und es soll Zweck dieser Zeilen sein, die Umwälzungen, welche die natürliche Lebensweise auf diesem Gebiete nothwendig hervorrufen muss, näher zu beleuchten. Beginnen wir mit dem am meisten afficirten Zweige der Landwirtschaft, mit der

1) Viehhaltung.

Vor Albrecht Thaer wurde die Viehhaltung von den deutschen Landwirthen grösstentheils für ein nothwendiges Uebel gehalten, für einen kostspieligen Apparat zur Erzeugung von Dünger. Demgemäss schenkte man derselben nur geringe Aufmerksamkeit und fütterte die Thiere meist sehr karg. Damals war der Ackerbau allein auf den Stalldünger angewiesen, da man Kunstdünger nach den heutigen Begriffen noch nicht kannte. Soll dieses Verhältniss bei Einführung der natürlichen Lebensweise zurückgerufen werden? Jedenfalls nicht. Wir haben, Dank den Arbeiten der Agriculturchemiker, einen zu klaren Einblick in das Wesen und die Bedingungen der Fruchtbarkeit unserer Felder erlangt, als dass ein, lediglich der Düngergewinnung wegen gehaltener Viehstand in Zukunft die freie Bewegung in der Landwirtschaft hemmen sollte. In Zukunft wird der Landwirth nur so viel Vieh halten und gut ernähren, als er unbedingt nöthig hat.

Wir wollen nun die einzelnen Arten

der Viehhaltung, wie sie jetzt üblich ist, einer näheren Betrachtung unterwerfen, um zu sehen, welche von ihnen etwa für die Landwirtschaft der Zukunft beizubehalten sein werden.

Die Rindviehhaltung liefert als Hauptnutzung Milch und Fleisch. Das Unzulässige der Fleischproduction darf hier nicht erst erörtert werden, da Enthaltung von Fleischnahrung oberstes Princip der natürlichen Lebensweise ist. Es bliebe also nur noch eine Rindviehhaltung behufs Milcherzeugung übrig. In einer Milchwirtschaft werden aber viele Kälber erzeugt, welche schon deshalb nicht aufgezogen werden können, weil dann nur wenig Milch disponibel bleibt; deren Aufzucht aber umsoweniger rathlich erscheinen würde, wenn man dieselbe in allen Milchwirtschaften versuchte. Es wäre also eine Beseitigung derselben unumgänglich. Wollte man nun selbst die Barbarei, welche ein nutzloses Tödten derselben sein würde, übersehen, so wird der Preis der Milch dadurch, dass die Einnahme aus dem Verkauf der Kälber wegfällt, sich dermassen erhöhen, dass der Consum hierdurch schon stark reducirt, wenn nicht gar gänzlich aufgehoben wird.

Hierzu kommt noch, dass die Milch nur dann ein gesundes Nahrungsmittel ist, wenn sie vollständig normal zusammen gesetzt ist. Kleine Anomalitäten, hervorgerufen durch Krankheiten der Thiere, können meistens gar nicht nachgewiesen werden. Solche krankhaft afficirte Milch kommt nicht gerade selten vor. Zu Zeiten, namentlich im Sommer, sondern sich auf der Milch blaue Flecken ab, bestehend aus mikroskopischen Pilzen, welche sehr bald die ganze Oberfläche überziehen. Die Kuh, von welcher dieselbe herrührte, erscheint so wenig krank, dass man sie nur dadurch herausfinden kann, dass man die Milch von jeder Kuh einzeln aufbewahrt. Aus ähnlichen Ursachen rührt das Gerinnen frischer Milch im Som-

mer her, da nicht immer Unreinigkeit der Gefässe die Schuld daran trägt. Dass alle diese krankhaften Abänderungen der Milch der Gesundheit nachtheilig sind, braucht wohl nicht erst erwähnt zu werden. Es soll z. B. die Milch von Kühen, welche an der Schwindsucht leiden, und solche kommen bei Stallfütterung nicht selten vor, auch beim Menschen die Schwindsucht hervorrufen. Der Consument wird in den wenigsten Fällen dergleichen Fehler der Milch auffinden können.

Aus allen diesem geht zur Genüge hervor, dass auch die Milchnutzung des Rindviehes keine Zukunft vor sich hat.

Somit bliebe für die Landwirtschaft der Zukunft nur noch eine ziemlich untergeordnete Nutzung des Rindviehes übrig, nämlich diejenige als Zugvieh. Als solches steht es aber dem Pferde in den meisten Fällen nach. Es wird dessalb jedenfalls nur in untergeordneter Stellung neben dem Pferde als Zugthier gehalten werden.

Bei dem immer mehr zunehmenden Fallen der Wollpreise, hervorgerufen durch die Wollproduction Südamerika's und Australiens einerseits, andererseits aber durch den sich immer mehr vollziehenden Ersatz der Wolle durch billiger zu erzeugende pflanzliche Gespinnststoffe, wie Baumwolle und Flachs, geht schon heute unsere deutsche Schafzucht allmählich dem Untergange entgegen, da sie dieser Concurrenz nicht gewachsen ist. Wie übel es bereits mit ihr bestellt ist, kann man daraus entnehmen, dass man bereits den Vorschlag gemacht hat, eine Petition an das Bundeskanzleramt des norddeutschen Bundes einzureichen, in welcher man dieses aufforderte, einen Zoll auf ausländische Wolle zu setzen, um die inländische Wollproduction vor dem Untergange zu bewahren.

Da keine Aussicht vorhanden ist, dass sich diese Verhältnisse ändern, so geht schon jetzt die Schafhaltung ihrer Auflösung entgegen, wie sie denn bereits

in England zu einer Mastviehzucht herabgesunken ist. Sollten sich, trotz der ungünstigen Aussichten, die Verhältnisse dennoch ändern, so würden wir der Schafhaltung eine Zukunft nicht absprechen können; natürlich mit Ausschluss jeder Züchtungsrichtung, die vorzugsweise ihr Augenmerk auf Fleischproduction richtet.

Ueber Schweinehaltung werde ich mich des Weiteren nicht auslassen dürfen; sie wird bei der Verallgemeinerung vegetarianischer Grundsätze vollständig zu quittiren sein, da ihr einziges Product, das Fleisch, keine Abnehmer mehr finden wird.

Wir sehen aus obiger Auseinandersetzung, dass bei der Ausbreitung der natürlichen Lebensweise die Viehhaltung in der Landwirtschaft sich immer mehr reduciren wird, bis schliesslich nur noch Arbeitsvieh übrig bleibt, und selbst dieses wird mit der Zeit mehr und mehr durch die Dampfmaschinen, welche ein immer grösseres Terrain in der Landwirtschaft erobern, verdrängt.

Dieses Aufhören der Viehhaltung, weit entfernt, ein Uebel für die Landwirtschaft zu sein, wird diese vielmehr von dem grossen Drucke befreien, den das Bedürfniss eines unverhältnissmässig grossen Capitals auf die heutige Landwirtschaft ausübt. Die Viehheerden und die zu ihrer Verpflegung nöthigen Stallungen und Vorräthe repräsentiren über 40 % des gesammten auf die Landwirtschaft zu verwendenden Capitals, welche also in Zukunft weniger zu verwenden sind. Folgende Zusammenstellung mag dies anschaulich machen:

Nach Kühn vertheilt sich das Capital in der Landwirtschaft wie folgt: Das Gebädecapital 40 %, das Bodencapital 20 %, auf das Zugvieh 6 %, auf das Geräthinventar 4 %, auf das Nutzvieh 19 %, auf das umlauf. Capital 11 %; Summa 100 %. Hiervon fällt fort, wenn die Viehhaltung eingeht: Mindestens die Hälfte des Gebädecapitals mit 20 %, das Nutzvieh mit

19%, an umlaufendem Kapital 4%; Summa 43%.

Diese wegfallenden 43% bewirken, dass die noch zu verwendenden 57% des bisherigen Capitals bei gleicher Bodenfruchtbarkeit fast die doppelten Zinsen tragen wird, nämlich so viel, wie früher das ganze Capital (100%). (Fortsetzung folgt.)

St. Louis.

Hier in Amerika, schreibt ein Mitglied in St. Louis, lebt man noch un-natürlicher als in Deutschland; jeder Arbeiter isst täglich wenigstens dreimal Fleisch, dazu wird Caffee oder Thee getrunken, dann wird Tabak gekaut und gespuckt; im Sommer wird Eiswasser und Eisbier getrunken und Eis-Crème gegessen. Ich war vorige Woche in Mad Creek (Illinois), da erzählte mir ein katholischer Pfarrer, dass die deutschen Farmer in seinem Kirchspiel täglich 5 mal Fleisch und Speck essen, die Bratpfanne käme den ganzen Tag nicht vom Feuer weg; er könne sich da nicht wundern, dass es so viele Kranke unter ihnen gäbe; im Sommer bekäme Jeder das Fieber und noch jetzt könne man fast in jedem Hause einen Fieberkranken finden. Das Klima ist hier aber auch so, dass man sich sehr leicht erkälten kann, denn Hitze und Kälte wechseln hier sehr rasch und die vielen Sümpfe vergiften die Atmosphäre. Ich bin im Anfange des Juni hierhergekommen, habe aber seitdem noch nicht den geringsten Nachtheil des Klimawechsels verspürt; von Fieber keine Spur, höchstens ein bisschen Schnupfen.

Ich will Ihnen einmal schreiben wie ich hier lebe, wenn ich nicht auf Reisen bin; ich habe in meiner Werkstätte einen guten Kochofen, da koche ich mir selbst was ich brauche und zwar solches, das sich leicht und ohne viel Zeitverlust herstellen lässt, z. B. ich koche einen Brei von Maismehl wie die Polenta der Italiener, oder ich

koche ein Pfund Reis in Wasser weich, schütte dann das Wasser ab und esse ihn mit Milch, oder auch ohne Milch mit etwas Zucker oder Syrup.

Auch backe ich mir selber Brod von Maismehl, welches wie Kuchen in der Pfanne gebacken wird. Dieses Maisbrod ist mir viel lieber als wie das geschmack- und kraftlose Bäckerbrod; was man hier Schwarzbrod nennt, das ist noch so weiss wie Semmel und so lose wie ein Schwamm. Grahambrod habe ich noch nirgends angetroffen. Da ich nur einmal des Tages koche, so habe ich weniger Zeitverlust, als wenn ich täglich dreimal in ein Boardinghaus zum Essen ginge. In den ordinärsten Boardinghäusern kostet das Essen wöchentlich 4 Dollar per Mann; ich brauche aber zu meiner Beköstigung, wenn ich noch Obst dazu rechne höchstens 2 Dollar für die ganze Woche und ich lebe doch so nach meinem Geschmack ganz gut und kann alle schweren Arbeiten thun, welche in meinem Geschäfte vorkommen. Bei einem leichteren Geschäfte (er ist Orgelbauer, d. Red.) würde ich noch weniger bedürfen. Durst ist bei mir eine Seltenheit. Eier esse ich niemals, Käse sehr selten, Butter nur wenn sie frisch ist; wenn ich aber gutes Obst bekommen kann, dann ziehe ich dasselbe der Butter vor. Die Farmer in diesem Lande kochen ein sehr delikates Mus von wilden Weintrauben, welche in den Urwäldern massenhaft wachsen. Aepfel, Birnen und Pflirsche sind dieses Jahr nicht gut gerathen und deshalb theurer als gewöhnlich; ein Buschel Aepfel kosten jetzt zwei Thaler. Kartoffeln kosten eben so viel. Dagegen ist Maismehl sehr billig, für 1 Thlr. bekommt man 50 Pfund, grobgeschrotetes ist noch billiger.

Ich habe hier noch keine grundsätzliche Vegetarianer angetroffen; es scheinen blos in den östlichen Staaten welche zu sein. C. W.

Eine Bitte an alle Leser dieses Blattes.

Im Leben wird man selten gut empfangen, sobald man an die Thüren selbst der Wohlhabenden und Reichen anklopft und um einen Zehrpennig bittet. Wahre Menschenfreunde suchen ihre Clienten selbst auf und streuen Segen und Gutes unbemerkt, man liest und spricht nichts von Ihnen; erst wenn sie ihre Augen geschlossen und ihre milde Hand für immer zgedrückt, folgt ein Heer von Jammernden und Klagenden ihrem Sarge. — Ich bitte alle Leser dieses Blattes um einen Beitrag, der weniger beträgt als einen Zehrpennig und dennoch für unsere gute, edle Sache mehr abwirft als ein blanker Thaler, es ist der ernste Wille, das wir alle zur Verbreitung unserer Grundsätze mitwirken. Wir wenden uns mit unserem Worte, mit unseren Schriften besonders an Leidende und Sieche, denen der Lebensfaden durch alle Experimente fast ausgegangen. Bei diesen wenigstens finden wir denn williges Gehör. Ist es nicht für Jeden von uns erhehend, wenn er, und wäre es auch nur bei einem einzigen Menschen zur Linderung seiner Leiden oder zur Gesundheit beigetragen hätte?! Ich erwähne hier nur ein Beispiel um zu beweisen, dass wir nicht immer fruchtlos für unsere Sache arbeiten. Vor Kurzem gab ich diese Blätter als Lectüre in zwei Familien, deren Mitglieder mir als notorische Genussmenschen bekannt waren. Nach längerer Zeit erkundigte ich mich nach dem Eindrücke, und dieser überstieg alle meine Erwartungen. „Was diese Blätter lehren ist reine Lebenswahrheit und wir sind über die Gefahren unserer Lebensweise unterrichtet“ — dies war das Resultat der Lectüre dieser Blätter. Meines Wissens vertreten in dem grossen Deutschland bisher nur drei periodische Blätter unser System: Hahn „Naturarzt“,

„die vorliegenden Blätter“ und Dr. Boruttau's „der Volksfreund“. Wären diese Schriften nur in je 10,000 Exemplaren in Deutschland verbreitet, so würden wir befriedigt ausrufen: „Unsere Beiträge zur Verbreitung sind überflüssig, diese Schriften wirken und streiten schon allein für sich“; dies ist aber noch ferne und deshalb richten wir nochmals eindringlich die Bitte an alle Leser zur möglichen Verbreitung dieser Blätter ihr Schärfflein beizutragen, sie wirken für das höchste Gut der Menschheit: für die Gesundheit. F. W. Kubiczek in Wien.

Eines alten Mannes Erfahrung.

Herrn Dr. Trall. — Ich finde in Journalen die Ernährungsfrage vielfach besprochen, und da ich vermüthe, dass Sie Jedermann's Ansichten und Erfahrungen gern hören, so dachte ich, dass Ihnen auch die Erfahrungen eines alten Mannes von Interesse sein würden. Ich habe immer geglaubt, es sei das Sache des jungen Volkes, sich zu reformiren, aber bei alten Leuten habe ich eine Aenderung der Lebensweise für ganz unmöglich gehalten; in meinem Alter werden auch nur Wenige an einen Wechsel denken, aber jetzt weiss ich, dass Niemand zu alt ist, vom Unrecht abzugehen und das Rechte zu beginnen. Dreiundsechzig Jahre lebte ich wie alle Welt lebt, und während der letzten dreissig Jahre war ich beständig vom Asthma geplagt, ja ich verlor während der letzten Jahre meine ganze Kraft und konnte kaum aufrecht stehen oder ein Stück gehen. Vergangenen September hatte ich wieder einen strengen Anfall und sandte nach der Stadt zu Dr. Deering, welcher auch herauskam und mich während der Nacht behandelte; am nächsten Tage fühlte ich mich besser und in einigen Tagen war ich wieder wohl. Ich befürchtete jedoch einen neuen Anfall und frug den Doctor um Rath. Er rieth mir, naturgemäss zu leben und meinen Wein und

Kaffee wegzulassen; ich glaubte, das würde niemals gehen. Aber da ich wieder schwächer und mein Athem mühsam wurde, sah ich, dass ich wohl etwas thun oder mich von einem neuen Anfall möglicherweise tödten lassen müsste. Ich entschloss mich nun, einen Anfang zu machen, es komme wie es wolle, und so gab ich denn Wein, Kaffee, feines Mehl, Fleisch, Salz und alle andern Gewürze und Fettarten auf. Meine Nachbarn glaubten, ich würde das wohl einen oder zwei Tage fortsetzen, dann kränker werden und zur alten Lebensweise zurückkehren, aber ich erklärte ihnen, dass ich gezwungen sei, das Ding zu versuchen und dass ich mir nur selbst Rechenschaft abzulegen habe. Ich habe es nun sieben Monate versucht und ich bin mehr als befriedigt. Ich bin völlig überzeugt, dass es der einzige wahre Lebensweg ist. Während dieser Zeit hat meine Kraft und Gesundheit beständig zugenommen und ich fühle mich wieder im Stande, zu arbeiten und auf der Farm mitzuhelfen; auch Erkältungen, die ich früher sehr leicht weg bekam, habe ich nicht wieder erfahren. Ich kann jedes rauhe Wetter ertragen, mein Athem fühlt sich frei und ich fühle mich wohler als seit vielen Jahren. Ich esse nur zwei Mal täglich. Meine Nahrung besteht aus Weizen- und Roggen-Schrotbrot, aus Früchten und Vegetabilien, und was mir ganz wunderbar erscheint, ist, dass ich seit vier Monaten nicht durstig gewesen bin. Ich hoffe bald ein eben so radicaler Hygienist zu sein als sonst Jemand. Entschuldigen Sie meine einfache Schreibweise. Indem ich Ihnen und allen Gesundheitsverbesserern Erfolg wünsche, verbleibe ich Ihr aufrichtiger

A. F. Botenfuhr.

Bunkerhill, Macoupin Co., Illinois.

Mitgetheilt von E. W.

Ein neuer Jünger.

Herr Wessely, Ingenieur in Wien,

litt im vorigen Jahre durch 6 Monate am Wechselfieber. Er nahm Chinin nach Vorschrift des Arztes, genoss Fleisch, Caffee, überhaupt reizende Nahrung; doch bei alledem magerte er zu einem vollständigen Schwächlinge ab. In seinem Unmuthe und seiner Lebensüberdrüssigkeit erklärte ich ihm meine Lebensweise und rieth zum Versuche, wenigstens auf 14 Tage den Vegetarianismus als Kur zu versuchen. Er stutzte und hörte zum erstenmale, wie er gestand, diese erläuternde Worte über reizlose Diät. Während der 14 Tage kam nur ein leichter Fieberanfall, und in den folgenden 14 Tagen blieb auch dieser aus. Herr Wessely ist seit 5 Monaten Vegetarianer, dermalen vollständig gesund, und gestand in unserer vegetarianischen Gesellschaft schon oftmals, dass er sich während seines ganzen früheren Lebens nie so wohl und kräftig gefühlt habe wie jetzt. Wichtig ist uoch zu bemerken, dass der neue Vegetarianer auch seine Hämorrhoidalleiden, die ihn durch volle 14 Jahre geplagt, durch die neue Lebensweise verloren hat. Herr Wessely ist ein sehr rühriger Jünger unserer Gesellschaft.

F. W. Kubiczek in Wien.

Meditationen eines Vegetarianers

von

Franz W. Kubiczek in Wien.

II.

Allgemein beklagen die Edelsten unter den Völkern Europa's die Zunahme des Elendes, der Armuth, der Verbrechen, der Genussucht und der Sittenlosigkeit unter allen Menschenklassen. Es wird überall, an allen Enden der Welt reformirt, an die Grundreformation, die naturgemässe Ernährung des Menschen denkt fasst Niemand, kein Staatsmann, kein Politiker, kein Lehrer, kein Menschenfreund, kein Arzt! Was kann ein Mensch taugen, dessen Körper mit

Tabak, Schnaps, Wein, Bier, Fleisch und Gewürzen von der Wiege an vergiftet ist? Was taugen ganze Völker, die nach diesem Regime leben und sterben? — Dass dies Alles Gifte, reine Gifte sind, daran findest Du Dich erinnert, lieber Leser, in Hahn's „Naturgemässer Diät“, Baltzer's „Natürlicher Lebensweise“, Zimmermann's „Weg zum Paradiese“ u. a. m. Hast Du dann nur Eine von diesen Schriften aufmerksam durchgelesen, so widme nur Einen Tag (sei er auch nur der Einzige aus deinem Leben) zur Betrachtung dieser Schrift und Du wirst es nie zu bereuen haben. Wir wagen hier die kühne Behauptung, dass jede einzelne der genannten Schriften eine ganze Bibliothek aufwiegt. Warum sind so werthvolle Bücher selbst unter Gebildeten und Gelehrten so wenig verbreitet? wirst Du fragen; weil sie nur Wahrheit, nichts als Wahrheit enthalten, die heut zu Tage Niemand hören, noch weniger befolgen will, am allerwenigsten entsagt man Genüssen und Reizen, selbst wenn sie den Tod in sichere Aussicht stellen. Dies lehrt uns die Menschheit in täglicher Erfahrung. „Dann bin ich von der übrigen Gesellschaft ganz ausgeschlossen und auf mich allein oder auf meine Familie angewiesen, muss ich der geistigen Unterhaltung, meinen Freunden, den Spielen im Gast- und Caffeehause entsagen, dann bin ich ein verlassener Eremit, der von den Gegnern verspottet und ausgelacht wird?“ so wirst auch Du, lieber Leser, einwenden; und sei es! Ist Dir denn Deine Gesundheit, Dein irdisches Glück nicht höher und werthvoller als jenes Alles? Sind Dir die Deinen nicht lieber als die spielenden und prassenden Spötter? Freut Dich nicht mehr die göttliche Natur als die verdorbene Menschheit? Als wir durch 8 volle Jahre an Körper und Geist gelitten, von einem zum andern Arzt liefen, entrang sich gar häufig unserer Brust der schmerzliche Gedanke:

„Herr lass mich nur noch Einen heitern und gesunden Tag erreichen und verleben, dann trete ich gern ab.“ Seit der Umkehr zur natürlichen Lebensweise haben wir bereits viele solcher heiteren Tage erlebt, und hoffen wir bei unserer Ausdauer nach Zeit und Jahren unsere vollständige Gesundheit zu erreichen. Vor unserer Bekehrung verging kein Monat, ohne dass wir einem Arzte unsern Besuch abgestattet, seit vollen 2 Jahren halten wir ähnliche Besuche für vollends überflüssig. Jeden ärztlichen Rath, den wir etwa noch brauchen, finden wir in unseren Schriften. „Ich will die Spanne Zeit recht geniessen und dann sterben“ so lautete die traurige Antwort Vieler, die wir auf die natürliche Lebensweise aufmerksam gemacht. Manche, die Obiges gesprochen, sind nicht mehr, die Andern leiden und siechen, und nur sehr Wenige hielten inne und betraten unsern Weg, diese wissen uns jetzt nicht genug Dank. Warte nicht, lieber Leser, auf die Umkehr zur einzig wahren Lebensweise, bis Dich etwa Krankheit oder Siechthum hierzu nöthigen; denn wisse, die menschliche Natur erträgt oft jahrelang die furchtbarsten Sünden, dann aber hält sie strenge und genaue Abrechnung. Wie oft ist es dann zu spät und die geduldige, langmüthige, sorgsame Mutter bestraft uns für unser ganzes Leben. Die diplomirten und patentirten Mediciner werfen uns vor, dass wir uns für Aerzte ausgeben und bei unseren Freunden und Bekannten ärztliche Praxis betreiben, was nach ihrer Meinung gegen die bestehenden Gesetze verstösst und straffällig ist!! — Nun, wir beantworten diesen Einwurf dahin, dass wir als Laien und vorgeschrittene Vegetarianer jedenfalls Anatomie, Physiologie, Chemie und Naturkunde mit Eifer, Vorliebe und klarem Sinne betreiben und die gewonnene Erfahrung zu unserem Besten und zum Besten unserer Mitmenschen jedoch ohne alles

Entgelt anwenden. Zudem kennen wir Vegetarianer kein Gesetz, welches die Aufklärung des menschlichen Wissens zum Heile der Menschheit untersagen oder bestrafen würde. Wer will uns also hindern, welcher edel Denkende uns verdammen? (Fortsetzung folgt.)

Berlin. Auch hier hat sich nunmehr ein Verein entschiedener Männer für unsere Sache gebildet. Vorsitzender Herr Stadtverordnete Louis May, Linienstrasse 233. Stellvertr. Herr Toselofsky, Lehrer, Fürstenstrasse 5. Schriftführer: Herr Vernimb, neue Schönh.-Str. No. 9.

Stuttgart. Verschiedene Berichte über den Stuttgarter Verein bekunden ein reges Leben. Man hält hier öffentliche Versammlungen mit Vorträgen, und private zur Besprechung der Vereinsangelegenheiten im geschäftlichen Sinne. Zur Leitung der dortigen Vereinsinteressen ist ein Ausschuss gewählt, bestehend aus den Herren G. Struve, Director Paulus und Oberlehrer Schöttle. — In einem der Berichte wird der Gedanke betont, dass die Statistik des Vegetarianismus von grosser sachlicher Wichtigkeit sei. Gewiss! Wollen die Freunde dort nicht einen speciellen Plan dem Vereinstage vorlegen? Die Correspondenz des Vereins führt Herr Cand. jur. Uibel in Salon bei Ludwigsburg. E. B.

Wien. Nach den Berichten von dort besitzt nun auch diese schöne leichtlebige Kaiserstadt seit einiger Zeit einen Zweigverein unserer Genossenschaft. Derselbe ist natürlich nur klein, aber er hat wenigstens einige sehr eifrige Mitglieder, welche von den Lesern dieser Blätter längst gekannt sind und sie betrachten ihren Localverein als eine Pflanzschule für jene künftige sociale Reform, die ein Virchow als unumgänglich zum Heile der Menschheit erklärt hat. Ein Mitglied öffnet den Genossen jeden Freitag Abend seinen Salon, der einem schönen Hörsaal gleicht; Gäste haben Zutritt; man dis-

cutirt, liest und säet für Gegenwart und Zukunft. Möge die tapfere Schaar die eiserne Cohorte bleiben, die mit uns allen unsere reine Fahne der Humanität hoch hält! — Zuschriften an Herrn F. W. Kubiczek, Minoritenplatz 7 zu richten. E. B.

Mitgliedschaft.

Vom Verein zurückgetreten ist Frau Lina Poppe in Artern, wie uns mitgetheilt wird, weil Herr Dr. med. Foerster sie überzeugt hat, dass man ohne Fleischessen kraftlos werde!!! Siehe oben „Costanziella“. — Dagegen sind dem Vereine beigetreten: Die Maurer Wilhelm Graefe sen. und jun. und der Bergmann Fritsche, alle drei in Artern. Ferner B. Lundahl, Jurist, mit Familie, zusammen 10 Personen, zu Helsingfors in Finnland (siehe oben!) Adalbert Mager, Oberlieutenant des k. k. 5. Jäger-Bat., com. in die 9 Officier-Aspir.-Schule zu Prag. — H. Volbeding mit Frau und einem Pflegekind, München, Reichenbachstr. 13. F. von Tschanner, Rittmeister a. D. in Bern. J. K. Schuster in Helbendorf bei Guttau. J. A. Pohone, Lehrer, Emma geb. Fahnauer, dessen Frau, L. Milina dessen Tochter, in Neudorf bei Guttau. Studiosus Josef Brucker in Kremsmünster, Ober-Oesterreich. Heinrich Brunbauer, Lehrer ebenda. Franz Podratzki, Lieutenant des k. k. Inf.-Reg. Herzog v. Nassau No. 15 in Prag. Ferner die Familie unseres bereits erklärten Mitgliedes Herrn Schall in Schwerin, nämlich seine Mutter: Frau Schall, geb. Altvater; seine Gattin Emilie geb. Rodatz; sein Sohn Gustav, Gymnasiast; sein Neffe Willy Eggers, Gymnasiast. Toselofsky, Lehrer, Berlin. Schaefer, Prediger, Berlin neue Grünstr. 38. Stud. Erdmann, Berlin, Lindenstr. 112. W. Caesen's Frau und 4 Kinder in M. Gladbach. Jonas Ungerleider, homöopathischer Arzt in Nyiregyháza, Ungarn. Also 266 — 1 + 38 = 303.

Vereinstag.

Einladung zum Vereinstag. Nach allseitiger Erwägung hat der unterzeichnete Vorstand im Einklang mit dem hiesigen Localverein beschlossen, die geehrten Vereinsmitglieder, wie hiermit geschieht, auf den 19. Mai (Pfungstmittwoch) nach Nordhausen zur constituirenden Conferenz einzuladen. Die fern wohnenden Mitglieder erwarten wir am 18., sodass der 19. von früh an den Verhandlungen gewidmet ist. Die Anwesenden beschliessen dann über einen etwaigen Ausflug in den Harz am 20. selbst. Eisenbahn-Verbindung haben wir östlich mit Halle (12 Meilen), westlich mit Göttingen (12 Meilen). Näheres in nächster Nr.

Der Vorstand

des deutschen Vereins für natürliche Lebensweise.

Baltzer. Belitski.

Zur Tagesordnung des Vereinstages (vergl. S. 96): 13. Anstellung eines Vereinssecretairs. 14. Das Vereinsblatt möge öfter erscheinen. 15. Erhebung genauer Statistik über die Erfolge der naturgemässen Diät an den Mitgliedern des deutschen Vereins. 16. Es möge eine Verbindung mit den ausländischen, namentlich amerikanischen und englischen Vegetarianervereinen angestrebt werden.

Zum Vereinstag haben ihr Kommen in Aussicht gestellt!

Dr. Nagel in Barmen, Graf Zedtwitz in Wien, A. v. Seefeld in Hannover, Oberlieutenant Mager in Prag, G. Wolbold, Arzt in Dresden, Murrmann, Pressburg, Aug. Kruhl in Parchwitz in Schlesien, Voigt in Leipzig. Willkommen!

Literarisches.

Von unserem Mitgliede Dr. med. **Boruttau** in Leipzig erscheint, wie bereits angezeigt, seit Neujahr: „**Der Volksfreund**“, Organ zur Verbreitung der Grundsätze naturgemässer Lebens-

und Heilweise. Monatlich 1 Nummer, halbjährig 5 Sgr. Zu beziehen durch die Buchhandlungen oder durch die Post. Nr. 1 und 2 enthalten! „Unsere Grundsätze“. „Eine Bekehrung“. „Zur Geschichte der Heilkunde“. „Unsere Mittel“. Das Blatt sei hiermit nochmals empfohlen.

Th. Hahn's Naturarzt 5—7 enthält: Zur Brodfrage von Oelbermann. Studien über Gesundheit und Krankheit von A. v. Seefeld. Meine Bekehrung (von Th. Hahn). Das Wochenblatt von J. L. Ausserdem viele Mittheilungen, Bücherbesprechungen etc.

Graham's Hauptwerk.

Graham's „Vorlesungen über die Wissenschaft vom Menschenleben“ sollen, wenn Deutschlands Vegetarianer einige Opfer bringen wollen, nun in deutscher Sprache erscheinen. Zur Deckung der Herstellungskosten ist jedoch der Absatz von wenigstens 500 Exemplaren nothwendig, der von vorn herein durch lebhaftes Abonnement gesichert werden müsste. Das Exemplar dürfte auf 1²/₃ bis 2 Thlr. zu stehen kommen, vielleicht auch billiger. Von wohlhabenden Vegetarianern wird ein mehrfaches Abonnement erwartet. Unser geschätztes Mitglied Herr Dr. Nowy in St. Radegund sagt über dieses Werk!

„Es ist ein Werk von grossem Werthe, es ist die Bibel der Vegetarianer. Mit einer seltenen Gründlichkeit geschrieben, ist es klar, fasslich und von unwiderstehlicher Beweiskraft. Graham lässt nichts zu denken übrig, er kommt jeder Einwendung zuvor; seinen Theorien folgen gleich die Hinweise auf bestätigende Erfahrungen, und aus wirklichen That-sachen schöpft er wieder neue unbestreitbare Theorien. Die Schein-Argumente der Gegner weiss Niemand so zu entkräften, wie er; seine Arbeit ist ein Schatz für uns. Sein Urtheil bleibt immer objectiv, sein Ton immer würdevoll, seine Sprache edel und rücksichtsvoll bei Angriff und Vertheidigung, und das Ganze strahlt im Lichte einer Mis-

sion. Wir sollten Alles thun, um das Werk erscheinen zu lassen.“

Gefällige Bethheiligung wolle man bei Herrn Dr. Nowy, Leiter der Heilanstalt St. Radekund bei Graz (Steiermark) oder bei Unterzeichnetem anmelden. Oppeln, Schlesien.

E. Weilshäuser.

Von den Schriften: „Was ist Vegetarianismus“ und „Schutz gegen Cholera“ besitze ich noch eine Anzahl Exemplare und erlasse die erstere à 3 Sgr., die letztere à 1 Sgr. gegen Einsendung norddeutscher Freimarken, oder Posteingahlung franco gegen franco. Auf 10 Exemplare ein Freixemplar. Oppeln, Schlesien.

E. Weilshäuser.

Unter der Presse: **Ein Sittengemälde aus der römischen Kaiserzeit**, oder Porphyrius, vier Bücher gegen das Fleischessen, aus dem Griechischen übersetzt mit Einleitung und Anmerkungen von Eduard Baltzer. Nordh. Ferd. Förstemann.

Herr Theobald Grieben in Berlin theilt mir mit, dass die Fortsetzung

gegenwärtiges „Vereinsblatt“ kann durch alle Buchhandlungen à 1 Thlr. bezogen werden. Beim directen Bezuge vom Herausgeber 20 Sgr. Der Preis versteht sich für No. 1—10 franco gegen franco. Ebenso versende ich gegen Preiseinsendung das „Vegetarianische Kochbuch“ à 7½ Sgr.

Der Verbreitung empfehlen sich:

E. Baltzer: Die natürliche Lebensweise, der Weg zur Gesundheit und socialem Heil, mit 2 Tafeln Abbildungen. Nordhausen, Ferd Förstemann. 12 Sgr.

— Die Reform der Volkswirtschaft vom Standpunkte der natürl. Lebensweise, ebenda. 16 Sgr.

— Briefe an Virchow. Mit Abbildungen. 8 Sgr.

— Pythagoras, der Weise von Samos. Ein Lebensbild nach den neuesten Forschungen bearbeitet, mit Uebersichtskarte, ebenda, 25 Sgr.

L. Belitski: Gegen Impfung und Impfwang. Gemeinverständliche Streitschrift wider Dr. Hoffert, Kreisphysikus in Karthaus bei Danzig. Nordhausen 1869. Preis 6 Sgr.

der „Familienbibliothek“ — herausgegeben von E. Weilshäuser in Oppeln — sicher und bald in seinem Verlage erscheinen wird.

„Ueber Land und Meer“, No. 14 brachte vom Dr. Klencke einen gegen uns gerichteten Artikel, welcher mit scheinwissenschaftlichen Gründen das alte Lied vom Allfrasssthum des Menschen singt, dass der Mensch von der Natur als Fruchtester indicirt ist, aber verschweigt. Unser Vereinsvorstand Herr Belitski ersuchte die Redaction höflich um Aufnahme einer sachlichen decenten Berichtigung. Die Redaction des „Ueber Land und Meer“ wies dieselbe aber, weil dies Journal „nicht der geeignete Ort zu Berichtigungen seiner Mitarbeiter“ sei, zurück. Dies zur Characteristik. Die Berichtigung wird nun anderwärts erscheinen.

E. B.

Herr Gustav Schall theilt mit, dass die Thalysie von Gleizés bei Notter in Mannheim, Struves „Mandaras Wanderungen“, bei Streit in Coburg zu erhalten sind.

Vereins-Blatt

für Freunde

der natürlichen Lebensweise (Vegetarianer).

N^o 8.

Nordhausen, den 2. April

1869.

Ihr armen Städter trauert
Und kränkelt in der Stadt,
Die Euch wie eingemauert
In dumpfe Kerker hat.

O wollt Ihr Freude schauen
So wandelt Hand in Hand,
Ihr Männer und Ihr Frauen
Und kommt zu uns auf's Land. Voss

Die Aufgabe des Vegetarianismus.

Auf den ersten Blättern der Bibel steht der Vegetarianismus als göttliche Offenbarung. Durch das Leben der Menschheit zieht er sich bewusst und unbewusst und in tausend Formen hin, bis herab in unsere Tage. Mit neuer Liebe, tieferem Verständniss nehmen wir ihn heutzutage wieder auf, aber viel ist nachzuholen. Welches ist, in kurzen Zügen gezeichnet, seine Aufgabe in der Gegenwart?

1. Vor Allem muss er im heutigen Bewusstsein seine richtige Stellung und mit ihr seine principale Bedeutung finden. Die Geschichte der Menschheit vererbte der neueren Zeit eine Auffassung der Dinge, welche Geist und Stoff, Gott und Welt, Leib und Seele sich mehr oder minder scharf als wesentliche Gegensätze gegenüber stellte: Kunst und Wissenschaft, Religion und Leben geben davon allüberall Zeugnis. Gegen diese Weltentzweiung (Dualismus) — die nicht in der Wirklichkeit, sondern nur in der Einbildung der Menschen besteht,

erhob sich der Geist der neuen Zeit in mühsamen gewaltigem Ringen, das durch unsere Jahrhunderte geht. Mit dem Begriff des unendlichen Raums hört der Himmel des Glaubens auf, die Religion wird zum Himmelreich in uns selbst (Luc. 17, 21). Mit der Welt-Einheit im Grossen geht sie uns auch im Mikrokosmos, im Menschen auf! „Leib und Geist“ sind uns nur noch Ausdrücke zweier Seiten derselben endlichen Wesenheit. Die Wissenschaft lehrt es, der Geist bezeugt es jedem Denkenden; mit dem Geist haben wir, und behandeln wir auch unsern Leib — verständig oder unverständig gleichviel — und was wir am Leib sündigen, sündigen wir auch am Geiste mit. Jedes Kind begreift das Gesetz der Causalität so weit, dass es weiss, wenn die Rose schön blühen soll, darf man ihr nicht die Wurzeln tödten, ja jede Beeinträchtigung ihrer Natur rächt sich an ihrer Blüthe, obwohl wir dadurch, dass wir ihrer Natur durch heilsame Einwirkung bewusst zu Hülfe kommen, sie noch verschönern, vervollkommenen.

Genau so verhält es sich mit dem Menschen. Es ist ein einheitlicher

Mikrokosmos für sich, in welchem Alles in Wechselwirkung steht, und andererseits lebt und webt er in dem Makrokosmos und nach dem Gesetz unendlicher Causalität. Die individuelle Gesundheitslehre zerfällt hiernach in:

1. Die Diätetik des Körperlebens, oder Gesundheitslehre im engern, gewöhnlichen Sinne.

2. Die Diätetik des Seelenlebens, oder die Lehre von der Seelengesundheit — Lehre von den Gemüthsarten (Temperamenten) und deren Bildung.

3. Die Diätetik des Geistes, oder die Lehre vom gesunden Denken, Wollen und Thun.

Nun ist der Mensch aber nicht bloss Individuum. Das Geschlechtsleben, das Familienthum umfasst eine Sphäre von Lebensbedingungen, die wir bei ihrer entscheidenden Wichtigkeit als besondere

4. Diätetik des Familienthums bezeichnen wollen.

Endlich, wie der Mensch durch sein Geschlecht lebt, soll er auch in seinem Geschlecht leben lernen. Dies umfasst die gesammten Beziehungen zur Menschheit, sowohl nach dem allgemein menschlichen Berufe, als auch nach dem Sonderberufe eines jeden in der Welt. Hieraus ergibt sich die

5. Diätetik des sozialen Lebens.

Diese fünf Aufgaben aber, weil sie unmittelbar Lebensbedingungen betreffen, sind gar nicht trennbar. Dass man sie aus Vorurtheil und zu theoretischen Zwecken gewaltsam trennte, hat bewirkt, dass man in Einseitigkeiten verfiel, die das Leben wesentlich schädigten. Die

Einheit zu kultiviren muss unser leitender Gesichtspunkt sein.

Diese Gesamtaufgabe ist aber hinsichtlich der Weise ihrer Lösung wieder doppelter Art: praktisch und theoretisch.

An der praktischen Lösung kann und soll sich jeder betheiligen nach dem Maass seiner Einsicht, seiner Kraft, seiner Gewissenhaftigkeit. Dies führt in das Heiligthum seiner innersten Reiiigiosität, wie sie ausläuft im Thun und Lassen des täglichen Lebens.

An der theoretischen Lösung kann und soll sich der reifere Geist, das selbstständige Denken, Forschen, Beobachten, kurz die Wissenschaft betheiligen. Ihre Aufgabe ist es, die That-sachen der Natur, des Lebens, in ihren letzten Gründen verstehen zu lernen, das Werden der Dinge in ihr, die Geschichte der Menschheit zu begreifen und die bewussten Modificationen zu veranlassen, durch welche wir uns im Einzelnen, wie in unserm Geschlecht zu idealer Höhe allmählig emporarbeiten.

Man wird sagen, danach gehöre das ganze Menschenleben mit allen seinen Aufgaben zum Vegetarianismus. Und allerdings steht er mit Allem in Berührung, unmittelbar oder mittelbar. So steht die Religion auch mit Allem in Berührung. Aber wie nichts weniger als alle menschlichen Arbeiten, z. B. Mathematik, Chemie, Ackerbau, als solche religiöser Natur sind, so gehört auch nicht Alles zum Vegetarianismus. Aber das diätetische Princip in allen seinen Beziehungen durchzuführen, theoretisch und praktisch, das halten wir für seine Aufgabe und an seiner Lösung an unserm

Theil mitzuwirken, ist unsere Absicht, unsere Pflicht, unsere Freude.

Die Landwirthschaft.

(Fortsetzung).

[Man bittet am Schlusse des ersten Abschnittes, S. 106, den Druckfehler 75 % in 57 % zu verbessern].

2) Die Düngung.

Wir sehen, wie die Landwirthschaft bei der Verbreitung der natürlichen Lebensweise schliesslich nur noch Arbeitsvieh halten wird. Der von diesem producirte Dünger reicht aber bei weitem nicht aus für den Bedarf der zu cultivirenden Pflanzen. Woher nehmen wir nun den Ersatz für den uns fehlenden Stallmist? Die Beantwortung dieser Frage ist von grosser Wichtigkeit für die Landwirthschaft, da ohne Düngung, d. h. ohne fortlaufenden Ersatz der Pflanzennährstoffe keine dauernden Ernten erzielt werden können. Es ist deshalb geboten, hier etwas näher auf die Sache einzugehen.

Der Stallmist enthält alle den Pflanzen nöthigen Nährstoffe. Als solche sind zu nennen: stickstoffhaltige Substanzen, welche bei ihrer Verwesung zu Ammoniak und Salpetersäure zerfallen, und in dieser Form von den Pflanzen aufgenommen werden, ferner Phosphorsäure, Schwefelsäure, Kali, Natron, Magnesia und Kalk. Diese Stoffe müssen wir anderweitig unserem Boden zuführen, wenn wir den Stallmist ersetzen wollen. Wir besitzen nun eine Reihe künstlicher Düngmittel, durch deren Anwendung wir sämtliche obigen Nährstoffe ersetzen können. Der Perugano sowie der Fischguano ersetzen dem Boden Ammoniak, Phosphorsäure und Kalk; der Chilisalpeter enthält Salpetersäure und Natron; gebrannter Kalk und Dolomit, sowie die verschiedenen Mergelarten, enthalten Kalk und Magnesia; Knochenmehl enthält Kalk und Phosphorsäure; Superphosphat, bereitet aus Knochenmehl, Guano oder Phosphorit, ersetzt dem Boden

Schwefelsäure, Phosphorsäure und Kalk; der Gyps, Schwefelsäure und Kalk.

Von diesen sogenannten künstlichen Düngemitteln ist der grösste Theil auf der Erde in so grossen Mengen vorrätig, dass ihre Erzeugung mit dem Verbrauche gesteigert werden kann, z. B. Kalk, Gyps, Kalisalz und vorläufig auch der Perugano. Die Befürchtungen, dass dieses letztere Düngemittel bald aus dem Handel verschwinden würde, sind jedenfalls übertrieben. Sollten die Guanolager einmal erschöpft werden, so treten an Stelle desselben, theilweise der Fischguano, hauptsächlich das aus Phosphorit dargestellte Superphosphat. Letzteres Mineral wurde zuerst in Spanien in ausgedehnten Lagern aufgefunden, ist aber in jüngster Zeit schon an mehreren Stellen in Deutschland entdeckt worden, und steht zu erwarten, dass fernere Nachforschungen wohl noch mehrere Lagerstätten dieses für die Landwirthschaft höchst wichtigen Minerals aufschliessen werden. Es wird mithin selbst sehr hoch gesteigerten Nachfragen nach phosphorsäurereichen Düngemitteln genügt werden können. Phosphorsäure und Kali sind aber die wichtigsten Pflanzennährstoffe, da sie meistens in nur geringen Mengen im Boden enthalten sind und von den Pflanzen in ziemlich grossen Quantitäten aufgenommen werden. Es wäre somit der Nachweis geliefert, auf welche Weise die Bestandtheile des Stallmistes beschafft werden können.

Der Stallmist wirkt aber nicht bloss direkt düngend auf den Boden, durch die in ihm enthaltenen Pflanzennährstoffe, er bewirkt auch dadurch, dass die Verwesung der organischen Substanzen, welche ihn der Hauptmasse nach bilden, grösstentheils innerhalb der Ackerkrume vor sich geht, eine Lockerung und Zersetzung des Bodens. Diese Eigenschaft kommt namentlich bei bindigen thonigen Bodenarten in Betracht. Man kann aber dieselbe Wirkung durch die sogenannte Gründüngung, d. i. durch Unterpflügen eigens zu diesem Zwecke angesäeter

Pflanzen zur Zeit, wenn sie die grösste Blattmasse entwickelt haben, erzielen. In der Mehrzahl der Fälle aber wird durch umsichtiges Beackern, durch Dräniren und die Anwendung des gebrannten Kalkes derselbe Zweck erreicht werden können.

Bisher ist eines der wichtigsten Düngstoffe noch nicht Erwähnung gethan, nämlich der menschlichen Excremente. Wenn sich auch der Instinkt mit Recht mit Abscheu von der Verwendung dieses Stoffes in frischem concentrirtem Zustande abwendet, so ist derselbe doch, nach gehöriger Zersetzung und Vermengung mit Erde, der natürlichste und billigste Dünger, denn er enthält alle Pflanzennährstoffe genau in dem Verhältnisse, in welchem sie in den Früchten enthalten waren, die zur Ernährung des Menschen dienen. Sie liefern dem Boden den vollständigsten Ersatz aller Pflanzennährstoffe. Das älteste Culturvolk der Welt, die Chinesen, und unter ihnen die Japanesen machen, wie dies bereits in diesen Blättern erwähnt ist, seit undenklichen Zeiten den ausgedehntesten Gebrauch davon, und mit dem glücklichsten Erfolge. Nirgend auf der Erde wird von einer gleichen Bodenfläche ein grösserer durchschnittlicher Ertrag erzielt, wie in Japan. Der Japanese ist durch seine Religion ein vollendeter Vegetarianer, er bedarf deshalb keiner Viehhaltung, besitzt auch kein Zugvieh, da seine Parcellen so klein sind, dass kein Zugthier mit Nutzen darauf verwendet werden kann. Von besonderem Interesse ist die Behandlung des, mit grosser Sorgfalt gesammelten Düngers. Wir geben deshalb die Beschreibung derselben wieder, wie sie Dr. Maron in seinem Berichte an das Ministerium für landwirthschaftliche Angelegenheiten in Berlin über die japanische Landwirthschaft eingehend giebt: „Die Excremente werden ohne „irgend einen Zusatz mit Wasser verdünnt, und zwar so lange, bis unter „tüchtigem Umrühren die ganze Masse

„sich zu einem vollständig fein vertheilten und innig verbundenen Brei „verwandelt hat; bei Regenwetter wird „die Grube dann durch ein daneben „stehendes verschiebbares Dach zuge „deckt, bei klarem Wetter aber dem „Winde und der Sonne ausgesetzt. Die „Bestandtheile des Breies senken sich „allmählig und gehen in Gährung über, „das Wasser verdunstet. In dieser Zeit „hat der Hausabtritt eine neue Auf „füllung geliefert; es wird wieder Wasser „zugesetzt, das Ganze gut durch einan „der gerührt und gerade so behandelt, „wie die erste Auffüllung. In dieser „Weise wird fortgefahren, bis die Grube „voll ist; dann lässt man sie nach der „letzten Auffüllung und nochmaliger voll „ständiger Durchrührung, je nach der „Witterung, 2 bis 3 Wochen oder bis „zum Gebrauche stehen; niemals aber „wird der Dünger frisch ver „wendet“. Wir sehen hieraus, wie sehr der Japanese bemüht ist, vor der Verwendung der Excremente zur Düngung alle organischen Stoffe in denselben möglichst vollständig verwesen zu lassen. Wir werden weiter unten wieder darauf zurückkommen. Auch bei uns würde die Verwendung der menschlichen Auswürfe bereits eine grössere Ausdehnung gewonnen haben, wenn nicht die Entfernung der Städte für die meisten Landwirthe zu gross wäre. Man hat deshalb versucht, die Excremente für grössere Entfernungen transportfähig zu machen, ist dabei aber immer in den Fehler verfallen, zur Aufsaugung der flüssigen Theile werthlose Substanzen zuzusetzen, wodurch das Volumen sowohl als das Gewicht vermehrt wurde. Nach unserer Ansicht muss man von jedem Zusatze von vornherein absehen. Man müsste etwa die flüssigen Theile von den festen durch Centrifugalmaschinen oder Pressen trennen, letztere zu Ziegeln formen und trocknen. Dem flüssigen Theile könnte dann durch Filtriren über fein zertheilten kohlensauren Kalk oder durch Zusatz von Eisenoxyd der wichtigste Dün-

stoff, die Phosphorsäure, entzogen werden. Die so gewonnenen Düngstoffe könnten dann von den Landwirthen zu Kompost verwendet werden, um eine vollständige Zersetzung aller organischen Substanzen zu erzielen.

Wir machten darauf aufmerksam, wie sehr der Japanese darauf bedacht ist vor der Verwendung der menschlichen Excremente zur Düngung alle organischen Stoffe so vollkommen wie möglich verwesen zu lassen. Dieses ist von grosser Wichtigkeit. Eine Verwendung in frischem Zustande würde wohl eine üppige Vegetation hervorrufen, aber eine Frucht liefern, welche sehr unappetitlich und ungesund sein würde. Lässt doch das Vieh selbst auf knapper Weide das Gras, welches in üppiger Fülle aus seinen Excrementen gewachsen ist, unberührt und sucht lieber die mageren Halme auf. Um dieses begreifen zu können, müssen wir einen Blick auf die Ernährung der Pflanzen überhaupt werfen. Die Stoffe, welche die Pflanzen dem Boden entnehmen, sind bereits genannt worden. Unter diesen befinden sich auch Ammoniak und Salpetersäure als Lieferanten für die stickstoffhaltigen Theile der Pflanze. Nun bietet zwar die Luft den Pflanzen von diesen Stoffen eine ziemliche Menge, so dass Pflanzen mit starker Blattentwicklung und nicht zu kurzer Vegetationsdauer ohne alle Zufuhr dieser Stoffe durch den Boden sich normal entwickeln. Unsere Getreidearten würden aber bei solcher Behandlung nur geringe Erträge liefern, da sie eine kurze Vegetationsdauer, und wenige spärliche Blätter besitzen. Deshalb müssen wir gerade diesen auch im Boden Ammoniak und Salpetersäure bieten. Nun haben aber jüngere Versuche gezeigt, dass die Pflanzen nicht blos Ammoniak und Salpetersäure durch die Wurzeln aufnehmen vermögen, sondern auch andere stickstoffhaltige Stoffe, wenn sie nur löslich sind. Namentlich ist dieses vom Harnstoff nachgewiesen. Wächst nun die Pflanze auf einem Boden, in welchem

reichlich stickstoffhaltige Substanzen in Verwesung begriffen sind, so nimmt dieselbe von den löslichen Verwesungsproducten mehr auf, als sie in Pflanzensubstanz umzusetzen vermag. Dieses Mehr bleibt dann in der Pflanze aufgespeichert, und giebt sich nicht selten schon durch den Geruch zu erkennen. In wiefern sich die Pflanze in ihrer chemischen Zusammensetzung verändert, wenn sie anstatt mit Ammoniak und Salpetersäure z. B. mit Harnstoff ernährt wird, ist bis jetzt noch nicht ermittelt, wird sich aber jedenfalls nicht zu Gunsten der letztern Methode herausstellen. Wir entnehmen hieraus folgende zwei Regeln für unsere Düngung mit stickstoffhaltigen Stoffen:

1) Wir dürfen nicht mehr von diesen Stoffen geben, als die Pflanzen zu assimiliren, sich anzueignen vermögen.

2) Wir müssen dieses Quantum in möglichst zersetzter Form, also als Salpetersäure oder doch wenigstens als Ammoniak, geben.

Man hat es noch nicht versucht, für den Bedarf der Pflanzen an stickstoffhaltigen Stoffen im Boden, feste Normen aufzustellen. Es ist dieses auch keineswegs so einfach, als es auf den ersten Blick erscheinen mögte. Es kommen hier zwei Factoren in Betracht, einmal das Bedürfniss der Pflanze, dann aber das Vermögen des Bodens, Ammoniak zu absorbiren, festzuhalten. Dieser letzte Factor ist verschieden, je nach der betreffenden Bodenart und wächst im allgemeinen mit dem Gehalt desselben an Thon und Eisen. Das Bedürfniss der Pflanzen richtet sich nach ihrer Vegetationsdauer und nach ihrer Blattentwicklung. Pflanzen mit geringer Blattentwicklung sind empfindlich in dieser Hinsicht, ein Zuwenig lässt sie verkümmern, ein Weniges zu viel verdirbt ihre Qualität, während solche mit starker Blattentwicklung fast ohne allen stickstoffhaltigen Dünger gedeihen, ein zu viel an solchem aber vermöge ihrer

grossen Blattfläche sehr energisch zersetzen.

Ad 1 wäre ferner zu bemerken, dass es vielleicht in Wirthschaften, welche nur mit menschlichen Excrementen düngen müssten, gerathen sein könnte, einen Theil derselben einzuäschern, um nicht zu viel stickstoffhaltige Düngstoffe verwenden zu müssen.

Um die Zersetzung der organischen Stoffe zu bewirken, ist das beste Mittel die Verarbeitung derselben zu Kompost. Auch das Aufbringen des Düngers vor Winter würde häufig dazu ausreichen. Die heutige, auf den Stallmist basirte Landwirthschaft nimmt auf diesen Punkt fast gar keine Rücksicht, der Dünger wird möglichst frisch auf das Feld gefahren, sofort untergepflügt und dann häufig sogleich darauf gesät. Unter solchen Umständen hat dann wahrlich Th. Hahn Recht, wenn er sagt, dass es nöthig sei, zu solcher Kost zweimal guten Appetit zu wünschen.

Zum Schlusse dieses Kapitels sei hier noch einer Culturmethode Erwähnung gethan, welche in diesen Blättern mehrfach citirt worden ist. Es ist die von Tull erfundene und von Werdan verbesserte Weizenbaumethode, welche es ermöglichen soll, ohne jede Düngung, Jahr aus Jahr ein, auf ein und demselben Boden Weizen zu bauen, indem das Feld in drei Fuss breite Streifen getheilt ist, von denen je der zweite Streifen un bebaut bleibt, während der erste, dritte, fünfte u. s. w. Streifen mit je drei Reihen Weizen bestellt wird. Die un bebauten Streifen werden während der Vegetation des Weizens gründlich gegraben und vom Unkraut freigehalten. Auch die Weizenreihen werden behackt so oft es nöthig erscheint. Nach der Ernte werden dann die Streifen zwei, vier, sechs u. s. w. besät, während eins, drei, fünf u. s. w. die Brachbearbeitung geniessen. Auf diese Weise ist jedesmal nur die Hälfte des ganzen Feldes bebaut. Wenn trotzdem diese Hälfte einen höheren Ertrag giebt, wie

das ganze Feld, wenn es nach der gewöhnlichen Methode bebaut worden wäre, so kann dieses bei der sorgfältigen Bodenbearbeitung und der peinlich genauen Auswahl des Saatgutes nicht Wunder nehmen. Werdans Culturverfahren ist in dieser Hinsicht mustergültig. Dieses ist auch der Grund, wesshalb sein Schriftchen so zahlreiche Auflagen erlebt hat, denn er hat durch dasselbe einen wesentlichen Antrieb zur Reihensaat gegeben. Im Punkte der Düngung aber ist er im Irrthum. Wenn wir etwa die russische Schwarzerde ausnehmen wollen, deren Unerschöpfbarkeit jedoch noch lange nicht erwiesen ist, so existirt unseres Wissens auf der ganzen Erde keine Bodenart, welche bei fortgesetztem Anbau nach dieser Methode sich gleichbleibende Erträge liefern würde. Die Ernteerträge, welche Werdan auf seinen vier Ackern erzielt hat, sind der beste Beweis für diese Behauptung. Er erntete im ersten Jahre 41 Buschel, im zweiten 30 Buschel, im dritten 26. Also in jedem folgenden Jahre weniger, als im vorhergehenden. Wollen wir auch den starken Minderertrag des zweiten Jahres auf Rechnung der üblen Witterung setzen, so bleibt doch der Ertrag des dritten Jahres als noch geringer übrig, trotz günstigeren Wetters wie im zweiten Jahre. Da uns der Gehalt verschiedener Bodenarten an Pflanzennährstoffen einerseits, andererseits auch das Bedürfniss der Pflanzen an solchen durch die chemische Analyse bekannt ist, so können wir ziemlich genau berechnen, für wie viel Ernten der Boden Nahrungstoffe enthält. Im Voraus sei bemerkt, dass die Untersuchung des Bodens nicht bloss diejenigen Pflanzenstoffe nachweist, welche den Pflanzen zugänglich sind, sondern überhaupt alle noch durch Verwitterung aufschliessbaren Stoffe. Wir wählen der Einfachheit wegen nur einen der Pflanzennährstoffe, die im Boden in geringster Menge vorhandene Phosphorsäure. Guter Weizenboden enthält im Durchschnitt davon 0,10%. Berechnen wir

hiernach den Gehalt eines preussischen Morgen Ackerlandes bis auf zwei Fuss Tiefe, da Werdan mit seiner Bearbeitung bis zu dieser Tiefe herabgehen will, so erhalten wir für 51840 Cub. Boden, den Kubikfuss zu 100 Pfund vollständig trocknen Boden gerechnet, auf 5,184000 Pfund Boden, 5184 Pfund Phosphorsäure. Eine Weizenernte, gerechnet zu 15 Scheffel Körner und 22 Centner Stroh bedarf an Phosphorsäure 14,9 Pfund. Es würde also obige 5184 Pfund für 347,9, oder rund für 348 Ernten ausreichen, wenn die Weizenpflanze das Vermögen hätte, dem Boden alle Phosphorsäure zu entziehen, und bis dahin immer gleichzeitige Ernten zu liefern. Dieses ist aber in Wirklichkeit nicht der Fall. Die Erträge einer jeden Culturpflanze stehen in geradem Verhältnisse zu den aufgeschlossenen und also den Wurzeln zugänglichen Nährstoffen. Mit der Verminderung derselben werden sich auch die Erträge vermindern, so dass der Weizen z. B. schon keine lohnenden Ernten mehr geben kann, wo der in seinen Ansprüchen bescheidenere Hafer noch einen wenn auch geringen Ertrag gewährt. Zieht man dazu in Betracht, dass die Bearbeitung des Bodens, so gründlich sie auch betrieben werden mag, doch nicht fähig ist, alle im Boden enthaltenen Nährstoffe so schnell aufzuschliessen, als sie von den Pflanzen aufgenommen werden, da sie zum grössten Theile in feldspathigen und anderen meistens noch schwerer verwitternden Gesteinen eingeschlossen sind, so kann es keinen Augenblick zweifelhaft sein, dass ein Acker, dem immerwährend Ernten entnommen werden, ohne ihm einem Ersatz für die, denselben gelieferten Nährstoffe zu bieten, sehr bald in seinen Erträgen zurück gehen wird. J. v. Liebig fordert deshalb nicht mit Unrecht, dass dem Boden alle Pflanzennährstoffe, welche die Ernten diesem entzogen haben, wieder gegeben werden, indem er richtig bemerkt, dass diejenigen Nährstoffe, welche der

Boden durch seine Verwitterung liefert, als ein Zuschuss zu betrachten sei, wodurch die Landwirthschaft in den Stand gesetzt werde, den steigenden Ansprüchen der wachsenden Bevölkerung zu genügen. Die heutige Landwirthschaft hat auch bereits die Wichtigkeit dieser Forderung anerkannt, die Mittel aber, welche sie zur Erreichung dieses Zweckes anwendet, sind nicht immer die richtigen. Wenn z. B. der Landwirth der Sandgegenden Kartoffeln baut, diese zu Spiritus und Branntwein verarbeitet, und alle Rückstände dem Boden im Dünger wiedergiebt, so hat er zwar obige Forderung erfüllt, denn im Branntwein und Spiritus führt er keinerlei düngende Bestandtheile aus, aber der Zweck der Landwirthschaft ist jedenfalls nicht erreicht, denn er hat keine Nahrungsmittel oder sonst ein Product erzeugt, welches ein gesundes Bedürfniss befriedigt, sondern ein die Menschheit ruinirendes Gift. Ganz dasselbe gilt von den Zuckerrüben bauenden Landwirthen, welche die Fabrikationsrückstände wieder zurückkaufen. Diese Art, den Ersatz zu bieten, ist jedoch mehr eine Ausnahme, im Ganzen versteht die Mehrzahl der Landwirthe das von v. Liebig ausgesprochene Naturgesetz des Wiederersatzes richtig und handelt auch danach. Wir sehen, dass der Verbrauch der künstlichen Düngemittel mit jedem Jahre wächst; der Kloakendünger der Städte wird, wo er der Landwirthschaft zugänglich ist, benutzt, so dass es nur des Anstosses von Seiten der Consumenten bedarf, um die Landwirthschaft in das angedeutete Geleise zu treiben.

(Fortsetzung folgt).

Erziehung.

Alle jetzigen Erziehungsmethoden sind in ihren Einzelheiten sehr verfeinert und lassen ihre üblen Folgen besonders den Körper empfinden. Und wie der Körper, so der Geist. Es verkümmert der Körper unter vielstündigem starren Sitzen, es verdummt

der Geist unter der Unzahl von Gegenständen, welche vorgetragen das Gedächtniss der Kinder nur beschweren, sie die praktische Thätigkeit versäumen lassen und so den Keim legen zu einem allzufrühen Tode. In öffentlichen Schulen wird nie erlangt die Unabhängigkeit von den heutigen Sitten und der herrschenden Weltanschauung, denn die Schüler stehen unter behördlicher Aufsicht und man will sie zu frommen und willigen Staatsbürgern heranbilden, nicht aber zu freien denkenden Menschen. Meiner Ansicht nach besteht eine gesunde Erziehungsreform in nachfolgenden Geboten.

1. Man erziehe das Kind von seinem frühesten Alter an naturgemäss, Früchte seien seine Speise, Wasser sein Getränk, der Aufenthalt in frischer Luft seine einzige Thätigkeit bis zur erlangten Lernfähigkeit.

2. Man lasse die Kinder erst mit dem 9—10. Lebensjahre zur Lehrtafel. Das Kind soll vorher körperlich wohl ausgebildet sein und schon zu reden, d. h. alle seine Gedanken auszusprechen wissen.

3. Zwei Lernstunden täglich ist hinlänglich für Knaben und Mädchen. In der übrigen Zeit verwende man sie schon zu ernstest Beschäftigungen im Garten, im Felde, Wald oder Wiese.

4. Man härte die Kinder frühzeitig ab wider die äussern ungünstigen Einflüsse, man gewöhne sie an ein thätiges Wirken, lerne sie Entbehrungen freudig ertragen und Vergnügungen gerne entsagen.

5. Man beschwere ihr Gedächtniss nicht mit unnützem Wissenskram. Lesen, Schreiben, Rechnen sei der Unterricht den Winter hindurch, Natur- und Menschenkenntniss sei bestimmt für die Sommerzeit.

6. Man lasse jedes Kind sich wählen, neben dem Feldbaue, irgend ein Handwerk, in welchem sich sicher zu bewegen es wird trachten müssen, denn dasselbe

muss ihm seine Lebensbedürfnisse erwerben helfen.

7. In der Wahl der Bücher und Menschen sei man besonders achtsam, denn nichts vergiftet so sehr ein junges Wesen, als eine einzige üble Wahl.

8. Man bringe den bereits Erwachsenen bei, dass der eigene gesund herangebildete Wille das einzige Gesetz ist, welchem sie Folge zu leisten haben.

9. Man lasse sie vermeiden jeden unnöthigen Luxus in Kleidung und Wohnung. Wie einfach und naturgemäss in der Nahrung, ebenso anspruchslos mögen sie sein in allen sonstigen Bedürfnissen.

10. Man bringe ihnen bei, dass Gott der auch in jedem Erdenkörper befindliche Weltgeist ist, und sie werden Gott in sich und sich in Gott wissen, den Zweck ihres Dasein begreifen und zu erreichen trachten.

Auf derlei Art wollte ich Kinder zu Männern erzogen wissen. Ihnen wäre die Welt gänzlich offen, denn in Genügsamkeit und Selbstvertrauen aufgewachsen, würden sie zu ihrem Leben nur eine kleine Scholle Land benötigen, um sich zu ernähren in jedem Theile der Erdkugel. Ihr Herz wüsste nichts von unerfüllbaren Wünschen, ihr Geist wäre nicht getrübt von überflüssigem Wissen. Sie wären im Besitze eines erhabenen Charakters, einer seligen Seelenruhe, eines kräftigen Organismus; es würde ihnen das Leben edel und schön erblühen und der Genuss des höchsten Alters und die Ruhe eines sanften Altertodes ihnen zu Theil werden. — Und liegt in diesem Bestreben etwas sündhaftes wider die Menschheit? —

Kuttenberg in Böhmen.

Slavibor Breuer.

Staatsmedicin.

Allen Respect vor der Wissenschaft! Sie, die ächte, bleibt unsere Führerin im Dunkel des Erdenlebens! Aber sie ist auch bescheiden, wie die Weisheit,

ihre Schwester, denn beide kennen ihre Grenzen und ihr Kern ist sittlicher Geist. Aber es giebt auch ein Wissen, das „blähet auf“ und einen wissenschaftlichen Hochmuth vor dem uns grauet, und der freilich auch zuletzt zu Fall kommt. Am hässlichsten und gefährlichsten wird diese geistige Verirrung, wenn sie mit Privilegien ausgerüstet und mit der Macht des Staates umkleidet einherschreitet.

Diese Betrachtung hinterlies mir die Lectüre einer Schrift des Dr. med. M. E. v. Bulmerincq „Ueber Findelhäuser, als Quelle der Schutzpockenimpfung und die Reform der Impfgesetze.“ Leipzig 1865.

Bulmerincq entwirft darin ein auf den amtlichen Berichten des Instituts selbst beruhendes Bild des von dem hochherzigen Kaiser Joseph II. gegründeten Findelhauses in Wien in den Jahren 1855—65. Dasselbe steht unter den Augen der höchsten Staatsbehörden und des permanenten „Medicinal-Comité“ daselbst, ist Reichsimpfanstalt und erfreut sich der Spezialdirection des Impfarztes Dr. Fridinger.

In dieser Anstalt werden hunderte von Ammen genöthigt zwei, drei, vier, fünf Kinder gleichzeitig zu nähren!!

In den Jahren 1856—62 mussten „3427 Ammen vor Ablauf der Ammenzeit wegen Untauglichkeit oder Erkrankung entlassen werden“ — S. 16. „Im Jahre 1861 erkrankten im Wiener Findelhaue an „Milchmangel“ 312 Ammen, welche sämmtlich als „gestorben“ verzeichnet sind“ S. 18. Die kräftigsten Kinder der Ammen selbst wurden so elend, dass oft Mangel an geeigneten Kindern zur Fortführung der Lymph eintret. Der amtliche Bericht der Anstalt selbst sagt: „Seit der Gründung bis Ende December 1862 (d. i. 79 Jahre) wurden in der Findelanstalt 365,830 Kinder aufgenommen, von denen in der normalen Verpflegungszeit 286,627 Kinder (78,95 %) starben“ S. 20. Dr. med. Bulmerincq aber sagt: „darf man eine

solche Anstalt nicht eine Sterbeanstalt nennen?

Und diese Anstalt ist das Reichsimpfinstitut! Ein Hauptzweck seiner Existenz ist „ächte Jenner'sche Lymph e zu conserviren“ durch Verimpfung, und alle Theile des Reichs, wo es nöthig wird, mit solcher Lymph e zu versehen! Selbst Bulmerincq, ein eifriger Vertheidiger des Impfwangs, ist entrüstet darüber, dass man in solchem Findelhaue die Lymphquelle für das Reich hält; er weist ausführlich nach, dass viele der schlimmsten Krankheiten mit dem Impfen übertragen werden, insbesondere die erbliche Syphilis, deren Ausbruch bei Kindern oft erst nach Monaten, selbst im 8. und 9. Monat erst erfolgt. Man weiss also, da die Kinder jünger geimpft werden, nie, ob man nicht ausser dem Pockengift noch Syphilisgift (bei Findlingen!) weiter über das „Reich“ verbreitet. Nur mit Schauer liest man diese Dinge. Aber das ist Staatsmedicin! Wir wissen es nicht, aber hoffen, dass es seit 1865 wenigstens in dieser Anstalt anders geworden ist. Dass es aber bis dahin so sein konnte, ist eine Thatsache, die jeden denkenden Menschen mit Abscheu vor dem Missbrauch „wissenschaftlicher“ Autorität erfüllen sollte.

E. Baltzer.

Eine amerikanische Vegetarianerin.

Bei einer vor Kurzem stattgefundenen Versammlung des amerikanischen Farmer-Clubs wurde nachstehender Brief von Mary Barker aus Gorham, Ohio, zuerst vorgelesen: — „Wir sind eine Familie von zehn Personen, meist Kinder. Wir konsumiren täglich eine Metze guter Aepfel, einen Kohlkopf, einen Melonenkürbis, eine Pinte Rüben, drei Quart Kornmehl und ein Quart Weizenmehl. Die Kosten können Sie sich selbst berechnen. Von thierischer Nahrung wird nichts genossen. Wir erfreuen uns der

besten Gesundheit in der ganzen Gegend. Die Kinder haben sich diesen Winter kaum verkältet, obwohl sie viel im tiefen Schnee herumliefen. Die Mädchen tragen dicke Stiefeln oder Schuhe und Strümpfe und selbstgefertigte Flanellkleider und Höschen, weil sich der weibliche Theil der Familie hinreichend zivilisirt hat, um die von Dr. Harman in New-York erfundene Prämienkleidung anzunehmen. (Beifall). Die Knaben sind in Hausgespinnst gut gekleidet. Ich denke, Jedermann muss sagen, dass wir uns gut vertragen, dass wir aus Büchern und aus Dingen, die wir beobachten, lernen, unsere Arbeit stets verrichten und uns unseres Lebens freuen — und zwar mehr, wie wir glauben, als wenn wir ein Netz aufgestellt hätten, um die hübschen und nützlichen kleinen Wachteln zu fangen, oder als wenn wir eine Ziege oder eines unserer hübschen Lämmer geschlachtet hätten, um unsern bereits vortrefflichen Appetit zu reizen. Unsere Kinder sind mit ihren drei Mahlzeiten zufrieden und bitten niemals zwischen denselben um ein Stück Brot oder einen Apfel. Ihre Reinhaltung ist eine Kleinigkeit, wo es kein Fett und hinreichend weiches Wasser und Seife, auch Hausfrauen giebt, welche gesunder Bewegung bedürfen. Wenn Früchte die kostspielichste Diät bilden, so ist das wenigstens nicht in diesem Lande der Fall, auch giebt es nichts Kostlicheres als gutes Obst. Der Club wird mich durch die Mittheilung verbinden, welche Weingattung sich für die Gelände des südlichen Ohio am besten eignen dürfte.“ Mitgetheilt von E. W.

Freiheit für die Füße.

Sollen wir barfuss gehen oder sollen wir wenigstens unsere Kinder barfuss gehen lassen? Die Frage mag befremdend erscheinen, aber die Gräfin Noailles hat diese Sitte in einem, an den Damen-Gesundheits-Verein gerichteten Schreiben, warm empfohlen. Sie hält es für weit gesünder und reinlicher als

die gegenwärtige Gewohnheit, und hofft deshalb, dass ihre aristokratischen Streben-genossinnen ein Beispiel geben werden, indem sie ihre Kinder in den Parks barfuss gehen lassen. Die Medical Times hält den Vorschlag für so vernünftig, dass er bloss ausgeführt werden dürfte, glaubt aber auch, dass sich Sandalen, nach Art der Antike sehr gut machen würden. — Das Leder ist eine der schlechtesten Stoffe für die Füße — im Sommer heiss, im Winter kalt — es fängt das Wasser wie ein Schwamm auf und hält es zurück. Die Norweger fertigen einen Schuh aus Filz, welcher leicht, warm und weich ist. Das wäre gewiss, was wir brauchen; feuchte Füße sind nicht so gefährlich, wenn sie nur warm sind. —

Dass die gegenwärtige Art der Fussbekleidung eine ganz verwerfliche ist, wird Niemand in Abrede stellen, der in den unsagbaren Qualen und Beschwerden unserer ledernen Stiefeln und Schuhe steckt. Es wäre namentlich für die Vegetarianer vom hohen Interesse, einen Ersatz für das schwerfällige Leder aufzufinden. Vor mehreren Jahren kündigten Heiliger & Co in Aachen und C. Dellen in Breslau einen neu erfundenen dauerhaften, das Leder an Geschmeidigkeit übertreffenden Stoff an, aber die Nachfrage mag wohl eine zu schwache gewesen sein. Im Sommer barfuss oder mit Sandalen umhergehen zu dürfen, wäre wohl eine herrliche Wohlthat, aber welcher Philosoph, wenn er nicht gleichzeitig Proletarierkleidung trägt, dürfte es wagen, unbeanstandet barfuss durch die Strassen einer Stadt zu gehen? Hier hat das Land seine schönen Vorzüge. Wer übrigens seinen Schuhmacher ein mehr vernünftiges Maassnehmen angewöhnen will, dem empfehlen wir die Schrift: „Die richtige Gestalt der Schuhe. Eine Abhandlung aus der angewandten Anatomie für Aerzte und Laien geschrieben von Dr. Meyer.“ 12 Sgr. (Zürich, bei Meyer & Zeller). Mitgetheilt von E. W.

Salz.

Von der Schrift des Herrn Gustav Struve: „Pflanzenkost, die Grundlage einer neuen Weltanschauung“ ging mir kürzlich der erste Druckbogen zu und fand ich in der Einleitung, Seite 9 folgende Stelle:

„Im Herbst 1849 kam ich nach London. Dort suchte mich Herr Dornbusch, ein Mitglied der vegetarischen Gesellschaft von London auf. Ich theilte demselben meine Absichten mit und er mir die seinigen. Dornbusch und der ganze Verein, dem er angehörte, ging viel weiter, als ich: er ass kein Salz und keinen Zucker, genoss keine Milch, keine Butter und keinen Käse, er hatte Scrupel, sich von Pferd n ziehen zu lassen und vermied es daher, mit einem Omnibus zu fahren. Mehrere Male war ich sein Gast bei Tische, wahrhaftig nicht aus Lüsternheit, sondern nur um der Gesellschaft willen. Bevor ich London verliess, sagte ich Herrn Dornbusch, wenn er wolle, möge er fortfahren keine Milch u. s. w. zu geniessen, aber das Salz könne er nicht entbehren. Der Genuss des Salzes sei unumgänglich nothwendig, um die Bildung kräftiger Knochen möglich zu machen. Er hörte nicht auf meinen Rath. Als ich ihn im Jahre 1865 wieder sah, war er um einen halben Fuss kleiner geworden, mit Mühe konnte er auf zwei Krücken gehen, er konnte weder sitzen, noch stehen. Seine Knochen waren zu Knorbeln ohne Festigkeit geworden. Dennoch blieb er dabei, kein Salz zu essen. Vergeblich waren alle meine Mahnungen.“

Da mich dies einigermaßen mit Verwunderung erfüllte, erlaubte ich mir darüber an Herrn Struve zu schreiben und ihn darauf aufmerksam zu machen, dass das Kochsalz mit der Bildung der festen Materie unserer Knochen nichts zu thun habe, (bekanntlich findet Kochsalz sich nur im Blute des Menschen, aber weder im Knochen noch in den Geweben), dass richtig bereitetes Brot die Elemente zur Knochenbildung in genügender Menge enthalte und dass die Erkrankung des Herrn Dornbusch sicher einen andern Grund gehabt haben müsse. Ich bat Herrn Struve deshalb, diesen speciellen Fall einmal mit Herrn Th. Hahn zu erörtern, ehe er in seiner Schrift, die, von einem Nestor

unser Sache ausgehend, bedeutendes Gewicht haben würde, einen Satz aufstelle, der mit den Lehren unserer besten Autoritäten sowohl als auch der uns fern stehenden Männer der Wissenschaft in directem Widerspruch stehe, und die den Satz durch ein aller Wahrscheinlichkeit nach unzutreffendes Beispiel bekräftige.

Herr Struve antwortete mir darauf, die Salzfrage wie die Zuckerfrage, die Eier-, Milch-, Butter- und Käsefrage seien für den Standpunkt, den er einnehme, nur Nebensachen; übrigens gebe er gern zu, dass das Brot des Herrn Dornbusch nicht tadellos gewesen sein möge. Er habe öfter mit Herrn Dornbusch gespeist und seine Mahlzeiten seien stets reichlich aber höchst unschmackhaft gewesen (was die richtigen Mahlzeiten eines richtigen Vegetarianers niemals sind). Wer sich die genannten Gemüse (?) versagen wolle, möge es thun, er wolle sich seine Freiheit darin bewahren.

Gegen diese letzte Forderung habe ich gewiss nichts einzuwenden; da ich aber der Ansicht bin, dass unser Streben mit den Bestrebungen für naturgemässe Heilmethode aufs Engste Hand in Hand gehen müsse, so hielt ich es für eine Pflicht, dass in unserm officiellen Vereinsblatt gegen diese Lehre von der Nothwendigkeit des Kochsalzes zur Knochenbildung Verwahrung eingelegt werde, was ich hiermit gethan haben möchte und überlasse ich es andern geübteren Federn, dieselbe gründlich zu widerlegen, wenn dies überhaupt noch für nöthig erachtet werden sollte. Falls Herr Th. Hahn sich vielleicht bewegen liesse, darüber unserm Vereinsblatt ein Paar Zeilen zuzuwenden, so würde dies gewiss höchst dankenswerth sein.*)

Berlin, im März 1869.

W. Vernimb.

*) Siehe S. 127, Brandenburg und Th. Hahn, Handbuch, S. 119 ff. Baltzer, nat. Leb. II, 64. d. Red.

Statut-Entwurf:

Deutscher Verein für natürliche Lebensweise.

§ 1. Unter natürlicher Lebensweise ist diejenige verstanden, welche sich durch Erfahrung und Wissenschaft als in der menschlichen Gesamtnatur begründet und für dieselbe heilsamste erweisen kann.

§ 2. Die natürliche Lebensweise schliesst bezüglich der Nahrung vor Allem den Genuss alles dessen, was vom getödteten Thiere stammt, ferner Narkotika als: Tabak, Kaffee, Thee etc. Spirituosa als: Branntwein, Bier, Wein etc., sowie starke Gewürze, Arzneien und sonstige Gifte aus.

Wir erkennen in den vorgenannten Stoffen widernatürliche, zur Unmässigkeit, zu leiblichen, geistigen und sittlichen Krankheiten führende Reizmittel, sehen dagegen die Frugalität in jedem Sinne des Wortes als der menschlichen Natur entsprechend an.

§ 3. Der deutsche Verein für natürliche Lebensweise hat den Zweck, für Erkenntniss und Ausübung derselben thätig zu sein.

§ 4. Als Mittel zum Zweck empfehlen sich unter Anderem:

- a) Das eigene gute Beispiel, zu dessen Kontrolle lediglich das persönliche Gewissen eines jeden gestellt ist.
- b) Erfahrungsmässige und wissenschaftliche Thätigkeit für Erforschung und Verbreitung der einschlagenden Wahrheit.
- c) Die Beschaffung und Verbreitung bezüglicher Bücher und Zeitschriften.
- d) Bildung von Lokalvereinen, Wanderversammlungen, Vorträge, etc.

§ 5. Der Verein besteht aus denjenigen Lokalvereinen, welche — bei sonstiger Selbstständigkeit, — auf Grund der Anerkennung gegenwärtigen Statutes ihren Beitritt dem Vorstande schriftlich erklärt haben.

§ 6. An der Spitze des Vereins stehen der Vorstand zur Geschäftsführung und

der Ausschuss. Der Vorstand wird auf dem allgemeinen Vereinstage für die Zeit bis zu einem abermaligen Vereinstage, mindestens aber auf 1 Jahr gewählt. Die Wahl geschieht durch Stimmzettel.

§ 7. Zum Ausschuss wählt jeder Lokalverein ein Mitglied. Die so Gewählten können sich durch Cooptation auf die doppelte Zahl vermehren. Der Ausschuss wird alle drei Jahre auf gleiche Weise erneuet.

§ 8. Zerstreut Wohnende sind ersucht, sich Lokalvereinen anzuschliessen oder sich vom Vorstande in die Liste der Diaspora eintragen zu lassen. Sie können zum Ausschuss cooptirt werden, wenn sie die § 1—4 dieses Statuts aufgeführten Grundsätze anerkennen.

§ 9. Vereinsbeschlüsse kommen zu Stande;

- a) durch übereinstimmende Beschlüsse der Lokalvereine;
- b) durch Majoritätsbeschlüsse der Lokalvereine und Bestätigung derselben seitens des Ausschusses.

§ 10. Kosten des Vereins werden durch freiwillige Beiträge gedeckt, über deren Verwendung der Vorstand in der nächsten Jahresversammlung Rechnung zu legen hat.

§ 11. Der Austritt geschieht durch schriftliche Anzeige und haben Ausscheidende an das Vermögen des Vereins keinen Anspruch.

§ 12. Gegenwärtiges Statut tritt in Kraft so bald wenigstens drei Lokalvereine es angenommen haben.

Warum?

Ein tüchtiger erfahrener Arzt in Schweden, Dr. med. et chirurg. A. F. Melander, schreibt in seiner „Naturmedizin“ Stockholm 1867 S. 32: „Die Vegetabilien (Korn, Früchte, Gemüse) sind für uns die passenden Nahrungsmittel, indem sie im Menschenkörper einen längern Verdauungsprozess durchmachen und gerade dadurch die Verdauungsorgane nicht überanstrengen,

dagegen aber dem Herzen und allen Blutgefässen eine passende Quantität reines, mildes und frisches Blut zuführen, das durch Fleischkost beinahe ganz beseitigt wird. Die Fleischkost passt um so weniger für den menschlichen Organismus je schwächer dieser ist, weil sie überanstrengt, überreizt und also den Magen und die Verdauungswerkzeuge schwächt; denn die Schnelligkeit, mit der sie verdauet wird und in die Blutmasse eintritt, giebt den Blutgefässen auf einmal eine zu grosse Masse Blut, und zwar unreines, scharfes, das Nervensystem reizendes und zur Fäulniss geneigtes Blut, das nur mit Mühe in den Blutgefässen zirkulirt, also leicht stockt und macht, dass im Gehirn, Brust, Unterleib und allen innern Organen die polare Electricitäts- und Blutströmung von innen nach aussen und von aussen nach innen (zwischen den innern und äussern Häuten) gestört wird. In diesen Störungen der Polaritätsgesetze durch die angedeutete unrichtige Diät veranlasst, muss man den Grund vieler der schwersten Krankheiten des Gehirns, der Lungen, des Herzens und der Unterleibsorgane erkennen.“

Mitgetheilt von Lundahl.

Meditationen eines Vegetarianers

von

Franz W. Kubiczek in Wien.

III.

Wissen denn unsere gelehrten Mediciner nicht, dass die Zukunft in der Heilwissenschaft dem Vegetarianismus angehören wird und angehören muss, wenn sich die leidende Menschheit ihnen wieder mit Vertrauen zu wenden soll? Nun, wenn wir auch diese Zeit der Reformation in der Medicinheilkunde nicht mehr erleben sollten, so werden diese Blätter und unsere zahlreichen Genossen in allen Gauen Deutschlands die vollwichtige

Zeugenschaft ablegen, dass die Reform auf diesem Gebiete von Laien zuerst angeregt, verstanden und durchgeführt wurde, und dass erst dann, erst dann diplomirte und patentirte Mediciner in unsere Fusstapfen traten. Wir behalten uns vor, in dieser Zeit des Umschwunges eine „Geschichte des Vegetarianismus in Deutschland“ zu veröffentlichen, zu der wir jetzt die kargen Bausteine sammeln. „Jedem das Seine“ sagt das Sprichwort. Wir lassen den Fleischessern und Alkoholisten das letzte Ende ihres Weges: Krankheit, träges Blut, Neid, Sittenlosigkeit, Arglist, Charakterschwäche, kopflose Politik, Lebensüberdruß, Hass, Verzweiflung und tausend andere solcher Dinge, um die wir Sie nie beneiden; in der Perspective unseres Weges liegen: edles Herz, Zufriedenheit, Gesundheit, Reinheit der Gefühle und Gedanken, Charakterfestigkeit, Mässigkeit, die reinen Genüsse des Lebens und der Natur, Brüderlichkeit und Edelmut für unsere kranken und siechen Mitmenschen und tausend andere göttliche Dinge, welche die schwache Feder eines Sterblichen hier nicht aufzuzählen vermag. Hast Du nicht, lieber Leser, vielleicht als Genussmensch unsern schlichten Worten Deine Aufmerksamkeit gewidmet, so bitten wir Dich nochmals nur Einen Tag der Selbstbetrachtung zu opfern, Du wirst es nie und nimmermehr bereuen. Als letztes Wort verathen wir auch zu Nutz und Frommen der Vegetarianer ein Geheimniss, das wir in der kurzen Spanne Zeit von 2 Jahren uns angeeignet. Die an Medicamenten, Aerzten und Sinnengenüssen ersparten Gulden haben wir zur Anschaffung einer reichhaltigen und werthvollen Sammlung von Büchern für naturgemässe Lebens- und Heilweise verwendet und schicken sie in unseren bekannten Kreisen auf die Wanderschaft. Wer möchte nicht hoffen, dass so manches Unheil, so manches Unglück durch diese Bücher und Schriften schon abgewendet wurde? Wir halten

es daher für unumgänglich nothwendig, dass sich die in Bildung begriffenen vegetarianischen Vereine in Deutschland eine Bibliothek von einschlägigen Schriften für Mitglieder und Nichtmitglieder anlegen. Das überzeugende Wort hat uns bekehrt, es wird auch viele Andere bekehren! (Siehe Verzeichniss in: Baltzer's natürliche Lebensweise, (Nordhausen); Tabak ist Gift, (Berlin, Grieben); Nur Pflanzenkost, (Breslau, Kern).

Ulrich von Hutten

in seinem vortrefflichen Dialog „die Inspizirenden“ lässt den Sonnengott (Sol) und seinen Sohn Phaëton, wie sie vom Himmel, wo sie Rast halten, so auf Deutschland niederschauen, unter Anderem singen:

Phaëton. — — Was sind das für Bewegungen in Deutschland. Einige bewaffnet, einige ohne Waffen, die eilig, jene mit Weile, ziehen Alle Einem Orte zu, wo ich die Einen sorglos zechen, die andern in ernster Berathung sehe, während Manche beides abwechselnd oder auch zugleich thun.

Sol. Das ist eine deutsche Fürsten- und Volksversammlung.

Phaëton. Himmel, was für eine Versammlung! Berathen sie denn auch trinken, wie sie fochten?

Sol. Ebenso. Doch sieh, wie gleichwohl Einige ihr Geschäft nüchtern treiben; dafür werden sie freilich von manchen ihrer Landsleute wie Fremde angesehen und verachtet.

Phaëton. Wohl, von denen da in den rothen gestickten Röcken mit gekräuselten Haaren und Ketten um den Hals, mit den langen Schenkeln, Vater, dem hohen Wuchs und stattlichen Aeussern?

Sol. Ja wohl, und von der ganzen trunkenen Rotte.

Phaëton. Warum jagen denn jene Nüchternen sie nicht fort, da sie solchem Laster fröhnen und überdies den Guten hinderlich sind?

Sol. Das können die Wenigen gegen die Vielen nicht, aber sie weisen sie zurecht und nicht ganz ohne Frucht; denn Manche bessern sich, da sie sehen, wie sie durch ihre Völlerei der Gesundheit ihres Leibes Schaden thun.

Phaëton. Also weil es ihren Leib schädigt, bessern sie sich; dass aber diese Unmässigkeit ihren Geist zu Grunde richtet, ist ihnen gleichgültig?

Sol. Ja das begreifen sie noch nicht.

Phaëton. Ist denn zu hoffen, dass sie auch die geistigen Güter verstehen?

Sol. Gewiss! Dort den Bemühungen jener Andern, die schon manche Dinge gar fein angreifen, ihren Geist bilden und im Verkehr mit meinen Musen Wasser trinken! — —

Phaëton. Mir gefällt, was Du von den Deutschen sagst; wenn sie nur keine solchen Trinker wären, da sie übrigens so wacker sind.

Sol. Die Zeit wird kommen, dass sie nüchtern leben und das, glaube ich, in Kurzem, denn bereits fangen sie an weniger zu trinken, und von jenen Trunkenbolden denken auch die schlecht, die selbst nicht immer nüchtern sind.

Phaëton. Trinken denn auch die Fürsten bei ihnen?

Sol. Wäre die Verderbniss nicht auch in diesen Stand gedrungen, so wäre es längst um die ganze Trinkerzunft geschehen; aber sie geben dem Unwesen durch ihr Beispiel Rückhalt, und ihre gewaltigsten Anhänger sind die Sachsen — —

Phaëton. Himmel was ist das für eine Gesellschaft! Welches Fressen, Rülpsen, Speien — — —

Sol. Da sieh — — — die sprichwörtlich gewordenen „Bischöflichen Schmäuse“ (superbae pontificum coenae Horat. II, 14.)

Phaëton. Blank sind sie und fein, wie ich sehe, von wohlgepflegter Haut, spiegelglatt, feist, saftig, zart und weich, dabei aber schwach von Leib und wenn ich nicht irre allerlei Krankheiten unter-

worfen wie die, von denen der griechische Dichter sagt: „... podagrisc mit dickem Bauch und geschwellenem Bein, unmässiger Fette.“ Ich glaube die Unmässigkeit macht sie krank. Für wahr, dieser Stand ist ein Schandfleck für die ganze Nation. Warum duldet man sie noch?

Sol. Aus frommer Ehrfurcht duldet man sie. E. B.

Brandenburg a./Havel. Auch hier hat sich ein kleiner Lokalverein von Vegetarianern gebildet. Vorsitzender ist Schuhmachermeister J. Nehm, Neustadt, Büttelstrasse. Schriftführer Carl Bode, Fabrikarbeiter. Dieser Zweigverein stellt an den Vereinstag folgende Anträge: 1) Haben, wie die Fleischnahrung, so auch die verschiedenen Fruchtgattungen verschiedenen Einfluss auf die Temperamente und eventuell welchen? 2) Gründung einer Krankenkasse. 3) Welche Nahrung ist auf die Dauer gesünder: die rohe oder gekochte? Welche Erfahrungen liegen darüber vor? 4) Wie steht es mit einer höheren Lehranstalt vom Standpunkte der natürlichen Lebensweise? 5) Können wir nicht eine Vereinsbibliothek (in naturwissenschaftlicher, geschichtlicher, volkswirtschaftlicher und religiös-sittlicher Hinsicht) zur Benutzung für die Vereinsgenossen und Ausbreitung unserer Grundsätze, gründen? 6) Ist Salz zur Ernährung des Menschen durchaus nothwendig und welche Erscheinungen stellen sich nach jahrelangem Weglassen des Salzes am menschlichen Körper heraus?

Mitgliedschaft.

Dem Vereine traten ferner bei: Wilhelm Flindt, Naturarzt in Rastenburg. Gustav Janeck, Musiklehrer in Berlin, Körnerstr. 22. Robert Schirmer, Bildhauer, Berlin, Prinzessinnenstrasse 24. Heinr. Hain, Kaufmann in Honef a./Rhein (mit dem Bemerkn, dass ihm durchreisende Vereinsgenossen willkommen sein werden). Frau B. Nothnagel, Altona, Königsstr. 116. Heinr. Meier, Oeconom, Marienmünster. Her-

mann Goos, Steueraufseher in Schleswig. Oberlieut. Anton Kreitschy, Lieut. Wenzel Cemus, Lieut. Joh. Dziubanowski, alle drei im k. k. Lin.-Reg. Herz. v. Nassau 15, Prag.

Zum Vereinstag haben ferner persönliche Theilnahme in Aussicht gestellt: Dr. med. Boruttau, Leipzig; Medicinalrath Kurz, Dessau; Oekonom H. Meier, Marienmünster; Gustav Schall und Familie, Schwerin; Theodor Hahn in Waid, wenn sein Krankenstand es gestattet.

Herr K. v. Opper, jetzt Turnlehrer in Berlin, schlägt dem Vereinstage vor, statt „Vegetarianer“ den Ausdruck „Fruchtesser“ (Frugivoren) einzubürgern. Ausserdem macht er mir den freundschaftlichen Vorwurf, „einen der wichtigsten Versuche, eine Hülfe für die Armen, ein billiges und gesundes Roggenbrot“ in No. 7 so versteckt zu haben. Der Wichtigkeit der Sache war ich mir um so bewusster, als es längere Zeit nicht gelang, gutes Roggen- etc. Brot herzustellen, und ich von auswärts nur Gleiches erfuhr. Wer es übersehen, mag es also beachten. S. 101!

Berichtigung. Die Berichtigung S. 95 lasse ich in Bezug auf China gelten. Die Ausdehnung desselben aber auf Japan ist unzulässig, wie der von mir (oben pag. 116) angeführte Bericht des Dr. Maron beweist, der Japan im Interesse der Landwirthschaft bereist hat. Die Hafenstädte mögen allerdings einen andern Character tragen. H. M.

Herr Winter in Bochnia, theilt mit, dass sich aus Fisolenschrotmehl (vergl. S. 13 und 46), mit etwas Butter geschmelzt, allerdings ein delikates Essen bereiten lasse, dessen Wohlgeschmack, besonders wenn man es zuvor erkalten lasse, ihm und seinen Hausgenossen ausser Zweifel sei. Die dortigen Handmühlen seien so eingerichtet, dass man mit ihnen nur schroten könne.

Seite 110 lies Halbendorf statt Helbendorf; Milinka statt Milinca. Brunnbauer statt Braunbauer. Seite 94 lies Nehm statt Nihm.

Literarisches.

Porphyrius, vier Bücher von der Enthaltbarkeit. Ein Sittengemälde aus der römischen Kaiserzeit. Aus dem Griechischen übersetzt, mit Einleitung und Anmerkungen von Eduard Baltzer, Nordhausen, Ferd. Förstemann, 20 Sgr. ist nunmehr erschienen. Es ist ein Stück Geschichte des Vegetarianismus im Alterthum.

Pflanzenkost, die Grundlage einer neuen Weltanschauung von Gustav Struve, Stuttgart 1869, erscheint soeben und zwar im Selbstverlage des Verfassers, in Commission in der Buchhandlung von Karl Aue, Stuttgart.

Kuhn's „Volksblätter“ 1 u. 2 enthalten: Vom Halsweh. Nichts als Milch. Zur naturgemässen Heilweise. Keine Thierquälerei. Rachencroup.

Hahn's Naturarzt No. 8 u. 9 enthält: Der Todtgeschwiegene (Dr. med. Leop. v. d. Dekken). Ein hoher Zeuge für den Vegetarianismus (J. v. Liebig). Aerztliche Stimmen gegen den Fleischgenuss. Studien v. Seefeld (Schluss). Der Typhus. Rekrutenreife in der Schweiz. Offenes Schreiben an Hofrath Steinbacher in München. Literarisches.

Diätetische Winke in Bezug auf Branntwein, Wein, Bier, Kaffee, Thee, Chocolate, Gewürze und Taback von Richard Nagel, Dr. med. Barmen 1869. Im Selbstverlag des Verfassers.

Der deutsche Verein für natürliche Lebensweise

ladet hierdurch seine Mitglieder nochmals zu seinem Vereinstag auf den 19. Mai d. J. nach Nordhausen ein. Die Verhandlungen beginnen am 19. früh 8 Uhr im Lokal des Hrn. Merker. Die Eisenbahnzüge von Westen (Göttingen etc.) kommen hier an früh nach 10 Uhr, 5 Uhr und Abends 10 Uhr; von Osten her (Halle etc.) zu derselben Zeit. Dem Versammlungslokal nächstgelegene Gasthäuser sind: Römischer Kaiser, Erbprinz, Englischer Hof, Berliner Hof. — Uebrigens siehe S. 111. Der Vorstand: Baltzer. Belitski.

Selbstverlag des Herausgebers **Eduard Baltzer** in Nordhausen.
In Commission bei **Ferd. Förstemann** daselbst.

Druck von **Th. Müller** in Nordhausen.

1 Stück 1 Sgr., 50 Stck. 1 Thlr. (Vortrefflich!)

Demnächst erscheint: **Das Fleischessen** vor dem Richterstuhle des Instinkts, der Vernunft, des Gewissens, der Religions-Geschichte und der Naturwissenschaften — von Richard Nagel, Dr. med. Barmen 1869 im Selbstverlag des Verfassers. 5 Sgr.

Der Vegetarianismus und seine wissenschaftliche Begründung von Dr. med. Trall in Newyork. Deutsch herausgegeben von Hahn, ist unter der Presse.

A. v. Seefeld's Studien über Gesundheit und Krankheit, erscheinen als besonderer Abdruck aus dem Naturarzt von Th. Hahn.

Gesuch. Ein junges Mädchen, seit 3 Jahren Vegetarianerin, im Weissnähen und Kleidermachen geübt, sucht in einer vegetarianisch lebenden Familie einen Beruf als Zimmermädchen oder dergleichen. Nachweis durch die Redaction.

Meine beschränkte Wohnung gestattet mir zwar nicht Gäste zu logiren, jedoch werde ich mich freuen, wenn Durchreisende mich aufsuchen und ihnen mit Vergnügen ein Gasthaus nachweisen, wo sie vegetarianisch leben können. Anzutreffen bin ich im Postgebäude oder in meiner daselbst zu erfragenden Wohnung.

Postsecretär Naveau, Erfurt.

Vereins-Blatt

für Freunde

der natürlichen Lebensweise

(Vegetarianer).

N^o 9.

Nordhausen, den 5. Mai

1869.

Public health is public wealth!

Ohne Gesundheit kein Heil!

Das Wasser.

Wir selbst bestehen zum grössten Theil aus Wasser. Der Abgang und Zugang des Wassers wird also für uns in diätetischer Hinsicht von höchster Wichtigkeit sein. Unser heutiges Verhalten in dieser Beziehung ist aber, wie die ganze Diät, entgegengesetzter Art, und während das Alterthum den Sohn der Thetis, kaum geboren, in die kalten Fluthen taucht, Pindar das Wasser als das höchste Gut preist, und Quellen und Ströme geradezu vergöttert wurden, leben die meisten heutigen Menschen ohne Bäder, die Genussstichtigen sind Wasserverächter, und erst die Kranken etwa nehmen wieder ihre Zuflucht zu dem erlösenden Elemente.

In neuerer Zeit hat sich gegen die diätetische Wasserverachtung eine heilsame Reaction gebildet, die aber ihrerseits zu einem Wasserfanatismus ausgeartet ist. Wir überlassen es dem „Naturarzt“ zu lehren, wie das Wasser in therapeutischer Hinsicht zu brauchen ist. Uns interessirt die Frage, wie wir uns als annähernd gesunde Menschen zum Wasser zu verhalten haben.

Was nun den äusseren Gebrauch, das Waschen und Baden anlangt, so ist regelmässiges Baden des ganzen Körpers in kaltem Wasser das Normale; das Waschen mit kaltem Wasser über den ganzen Körper ein leidlicher Ersatz, das bloss theilweise Waschen des Körpers völlig ungenügend. Für die Gesunden ist das warme Wasser, zu meiden, zu eiskaltes ebenso. Denn der Zweck ist, neben der Reinlichkeit überhaupt, die Haut in ihrer natürlichen Thätigkeit zu unterstützen und sie gegen die Einwirkung der Witterung abzuhärten. Das erreicht man am besten durch tägliche Praxis in der Art, dass man von da, wo man sich (vielleicht sehr verwöhnter Massen) mit seinem Gefühl befindet, an langsam sinkende Temperatur des Wassers sich gewöhnt. Verwöhnte müssen in Winterzeit es nur im warmen Zimmer beginnen, um „Erkältungen“ zu vermeiden. Die Bekleidung muss damit Hand in Hand gehen. Das Selbstdenken lehrt das Uebrige leicht, und nach einiger Zeit wird man mit Erstaunen sehen, dass „man sich viel weniger leicht erkältet“, dass man sich viel wohler fühlt, dass das Wasser in dieser Hinsicht ein

Unentbehrliches, eine wahre Göttergabe ist. Man wird aber zugleich wissen, dass „Erkältungen“ eine der reichfließenden Quellen unserer Krankheiten sind; wir verstopfen diese Quelle, indem wir uns gleichzeitig hohen Genuss und Wohlgefühl des Lebens bereiten. Die Ernst Mahner'schen Extreme — durch das Eis in den Fluss zu springen u. s. w. sind dabei ebenso zu meiden, wie die „russischen“ und „römischen“ Bäder, die Nichts als einen raffinierten Luxus einer krankhaften Welt bedeuten.

Noch wichtiger ist der innere Gebrauch des Wassers, also das Trinken. Dass Trinkwasser frisch, rein und kalt sein möge, versteht sich von selbst. Nur in so verirrtem Zeitalter, wie das unsere, kann man relativ gesunden Menschen „warm Wasser“ zum Beseitigen kleiner Leiden empfehlen. Schon das entwöhnte Kind muss kaltes Wasser trinken, (und überhaupt kalte Speisen geniessen) um die innere Halspartie ebenso abzuhärten wie die äussere Haut, dass sie die Temperaturunterschiede ungefährdet ertragen lerne. Um so weniger werden Halsleiden sich einstellen, namentlich nicht die Bräune, die so viel Opfer von unserer Einfalt fordert.

Heutzutage empfiehlt man nun viel Wasser zu trinken, regelmässig, auch ohne Durst. Diese Regel passt für Fleischesser, Biertrinker und Tabackraucher. Sie müssen ihre unnatürlich hitzige und giftige Diät durch „viel Wasser“ zu neutralisiren suchen. Manche Biertrinker pflegen vor Schlafengehen ein Seidel Wasser zu trinken, um den sogenannten „Brand“ zu verhüten. Das Ganze ist so, wie wenn ich mir eine

Wunde schlage und dann ein „Pflaster“ drauf lege.

Der Freund der natürlichen Lebensweise darf sich nicht verführen lassen, „viel Wasser“ zu trinken. Bei einigermaßen normalem Zustand braucht er gar keins. Dies geht so zu. Weil wir in allen unsern Nahrungsmitteln sehr viel Wasser mitgeniessen, selbst in scheinbar trockenem Getreide noch etwa 20⁰/₁₀₀, vorzüglich aber in Obst, das unsere Hauptzukunft ist, so genügt diese Wasserzufuhr normaler Weise völlig. Nur besondere Anstrengung, Temperatur, Berufsumstände, oder krankhafte Stimmung kann besondern „Durst“ erzeugen. Nur wenn man „Durst“ hat, trinke man, aber man hüte sich vor dem Wahn, dass „Viel-Trinken“ heilsam sei. Es ist Unnatur, wie das „Viel essen“, und man „durstet“ zuletzt aus blosser Gewohnheit, wie man aus Gewohnheit „isst“. Der zweite Erklärungsgrund ist aber der, dass wir alle merklichen Reizmittel von unserer Ernährungsweise fern halten. Bekanntlich: wer stark salzt, muss stark „trinken“ u. s. w. Lassen wir also das Salz und andere Reizmittel ganz weg, so dürsten wir um so weniger. Wer z. B. von Grahambrod und Obst — wenn man will mit ihren tausendfältigen Variationen — ausschliesslich lebt, bedarf — was auch die Gelehrten sagen — kein Körnchen Kochsalz — und er wird „Durst“ spüren nur durch die oben erwähnten aussergewöhnlichen Umstände. So lehrt es unbestreitbare Erfahrung.

Also wir trinken wenig. Aber wir trinken doch. Da ist es denn besonders nöthig auf Reinheit des Wassers zu sehen.

Reines Quellwasser ist aber selten!

Die heutige Welt verdirbt sich die Brunnen obenein selbst. Sie hebt ihre eigenen Exkremente sorgfältig in Senkgruben auf, vermehrt sie mit den sonstigen Abgängen (zumal der blutigen Diät!); dazu auf dem Lande häufig die Kirchhöfe oder Düngerstätte neben dem Brunnen, in Städten Leuchtgasröhren, welche das Gas durchlassen, Giftstoffe, welche aus vielen Fabriken frei abfließen und in den Boden dringen u. s. w. Das Alles vergiftet die Brunnen, wenn es eindringt. Dass es eindringt, zeigt die Erfahrung. Hobrecht (Ueber öffentliche Gesundheitspflege 1868, 10 Sgr.) sagt (S. 22): „Durch die zwangsweise ausgeführten Desinfectionen der Abtrittsgruben ... und durch das Schmecken des Brunnenwassers in den Strassenbrunnen nach den angewandten Desinfectionsmitteln ist — nicht an einem sondern an mehreren Orten der Zusammenhang der Abtrittsgruben mit den Brunnen nachgewiesen.“ Dergleichen verwesende mineralische und pflanzliche Stoffe sind aber nicht nur ekelhaft, sondern gesundheitschädlich, wie fest steht. Nun also, ist es gut „viel Wasser trinken?“ Die wissenschaftliche Deputation für das Medicinalwesen kannte 1864 in Berlin 86 öffentliche Brunnen, die „ungeniessbares Wasser hatten“ und fand, dass die Cholera in Häusern mit schlechterem Trinkwasser viel schlimmer war, als in denen mit besserem (siehe Virchow, über die Kanalisation von Berlin 1868, (12 Sgr.) S. 28—29). Die Nat.-Ztg. Nr. 258 von 1868 schreibt: „Seit längerer Zeit sind Klagen darüber laut geworden, dass das Trinkwasser in Berlin sich sehr verschlechtert habe, namentlich seit Einführung der Gasbeleuch-

tung. Angestellte Untersuchungen haben nun ergeben, dass in der That 14²/₃⁰/₁₀₀ der hiesigen Brunnen ungeniessbares Wasser führen, aber es liegt nur bei 6²/₃⁰/₁₀₀ Verunreinigung durch Leuchtgas zu Grunde, während es bei 4⁰/₁₀₀ thierische, bei 7⁰/₁₀₀ pflanzliche Stoffe sind und bei 3⁰/₁₀₀ ein zu hoher Eisengehalt des Wassers die Schuld an seiner Nachtheiligkeit trägt.“ Wo sind nun die vollkommen reinen Quellen? Fast nirgends.

Warum also durchaus „viel Wasser“ trinken? Wenn das Wasser hohem Hitze-grad ausgesetzt — gekocht — war, ist es von manchen schädlichen Stoffen frei. Das Wasser, welches wir in gekochten Speisen geniessen, ist also reiner. Noch reiner aber ist das auf das feinste destillierte Wasser, welches die Natur in ihren Früchten bietet: bei uns in Beeren, Kirschen, Pflaumen, Birnen, Aepfeln, Trauben, — sie würzt es uns sogar mit mildem feinem Arom! Warum also nicht lieber einen aromreichen Apfel „trinken“ — statt des alkoholhaltigen Wassers im Bier u. s. w., warum nicht lieber eine saftige Birne, eine köstliche Traube, statt — unreinen Wassers?

Also das Wasser ist freilich eine Gottesgabe, aber wir sollen es mit Verstand brauchen. Nur dann werden wir Mimers Weisheit billigen können. (E. Baltzer, Aus der Edda, S. 28);

„Steh auf jeden Morgen beim ersten Glanz

„Und trinke aus sprudelnder Quelle,
„Und bade den Leib dir, doch schnell und ganz,

„Erquicklich in schäumender Welle.
„Das schaffet die Lust Dir zum Tageswerke,

„Das giebt noch im Alter Gesundheit und Stärke.

„Doch wisse, du badest die Seele zugleich,

„Sie regt dann gesündere Schwingen;

„Mit schärferem Auge erschauet sie gleich

„Das Rechte in irdischen Dingen;

„Sie bleibt Dir, mitten im Erdengestaube,

„Hellglänzend und rein, wie der Vogel im Laube.“ E. Baltzer.

Ohne Gesundheit kein Heil!

Hobrecht in seiner Schrift über öffentliche Gesundheitspflege (Stettin 1868, 10 Sgr.) sagt S. 7: dass drei Gründe uns für sie bestimmen müssten: „1) die künstlichen unserer Natur feindlichen Verhältnisse, in und unter denen wir leben, die Einflüsse und Wirkungen der sogenannten Civilisation; 2) die Thatsache, dass wir mit der eigentlichen Heilkunde der Mehrzahl der Krankheiten nicht gewachsen sind und dass wir wenig Aussicht haben durch Medikamente wieder gut zu machen, was die Lebensweise an unserem Körper verbrauchen; 3) das Wissen, dass durch Massregeln der öffentlichen Gesundheitspflege der Entstehung und Verbreitung von Krankheiten vorgebeugt werden kann.“ Er besiegelt das mit dem englischen, von den Engländern auch sehr beherzigten Sprüchwort; „Public Health is Public Wealth.“ (Allgemeines Wohlsein ist allgemeine Wohlfahrt), das wir heute als unser Motto gewählt! — E. B.

Die Landwirthschaft.

(Schluss).

3) Ackerbau.

Auch auf den Anbau der Culturpflanzen erstreckt sich der Einfluss der natürlichen Lebensweise. Durch den Wegfall der Nutzviehhaltung schrumpft

der Anbau der Futtergewächse auf ein Minimum, welches den Bedarf für das Zugvieh deckt, zusammen. Mit dem Futterbau werden auch gleichzeitig die Wiesen verschwinden, welche sowohl wegen ihres Bodens als besonders wegen der Gelegenheit, im nöthigen Falle eine Bewässerung geben zu können, sich ausgezeichnet zum Anbau aller Sorten von Gemüse eignen. Ausser den Cerealien und dem Gemüse wird die Landwirthschaft in Zukunft, wenn wir den Anbau einiger unbedeutenden Handelsgewächse übergehen, besonders Gespinnstpflanzen, namentlich Flachs bauen. Der Anbau der Oelgewächse ist schon jetzt im Abnehmen begriffen, und wird sich, zum Theil wenigstens, in Zukunft auf die Erzeugung feinerer Oele, welche als Speiseöle verwendet werden können, beschränken, da die gewöhnlichen Oele, insoweit sie als Beleuchtungsmaterial dienen, mit dem Petroleum nicht concurriren können. Das Stroh der Cerealien, welches heute als Einstreu für das Vieh verwendet wird, wird zu den verschiedensten technischen Zwecken und als billiges Verpackungsmaterial leichten Absatz finden. Wo aber dieses nicht der Fall sein sollte, wird man es als Dünger direct oder besser im Compost verwenden können.

Von der Fruchtfolge, welche früher besonders strenge inne gehalten wurde, emancipirt sich die Landwirthschaft bereits immer mehr; sie ist eine Fessel für die freie Bewegung des intelligenten Landwirthes, die nur so lange am Platze war und ist, als die Landwirthschaft noch im alten Schlendrian betrieben wird. Auf einem dungkräftigen gut bearbeiteten Acker wächst jede Pflanze, für welche derselbe überhaupt geeignet sein kann. Dieses schliesst allerdings nicht aus, dass der verständige Wirthschafter nicht einen Wechsel in den anzubauenden Pflanzen eintreten lässt, aber ohne alle bindende Form.

Durch das Aufhören des Futterbaues steigert sich aber die zu bewältigende

Arbeit um ein Beträchtliches. Während jetzt ein Viertel, ja häufig noch mehr der gesammten Fläche als Futter- und Weideland benutzt wird, und also nicht bearbeitet wird, muss in Zukunft alljährlich die gesammte Ackerfläche bearbeitet werden. Der hierdurch hervorgerufene Mehrbedarf an Arbeitskräften, wird, was die Handarbeiten anlangt, sich theilweise dadurch decken, dass die Arbeiter von solchen Gewerben, welche durch die natürliche Lebensweise überflüssig gemacht werden, sich der Landwirthschaft zuwenden, anderentheils und hauptsächlich aber wird die nicht rastende Industrie durch Erfindung von Maschinen die Arbeitsleistung der vorhandenen Kräfte ausgiebiger machen. Namentlich aber wird die immer schneller sich ausbreitende Anwendung der Dampfkraft in der Landwirthschaft die vorliegende Arbeit bewältigen helfen, so dass man bedeutend billigere Producte wird erzeugen können, wie heute. Ist doch der Dampfplug z. B. in England jetzt so weit ausgebildet worden, dass er mit Nutzen verwendet werden kann, und das kommende Jahrzehnt wird dieses nützliche Geräth ebenso bei uns einbürgern, wie das nun bald verflossene die Dampfdreschmaschine bei uns heimisch gemacht hat.

4) Schluss.

Zum Schluss haben wir uns zu vergegenwärtigen, in welcher Weise sich der Uebergang zur natürlichen Diät kund geben wird. Zunächst sinken die Preise thierischer Producte immermehr; in Folge dessen giebt die Landwirthschaft die Erzeugung desselben auf. Die durch den Futterbau bisher benutzten Ackerflächen werden zum Anbau von Cerealien und Gemüse verwendet. Die hierdurch hervorgerufene Mehrproduction wird durch den gesteigerten Consum in Folge des Ausfalls der Fleischnahrung nicht absorbirt werden können, da sich zehn Frugivoren von derselben Fläche nähren können, auf welcher ein Carni-

vore sich ernährt. Es werden also auch die Preise der vegetabilischen Lebensmittel sinken. Dieses wird einestheils die Landwirth anspornen, durch billigere Production, namentlich durch Zuhülfnahme von Maschinen, sich dem anzuschliessen. „Dieses werden aber die „grösseren Besitzungen vollkommener vermögen, als die kleinen, in Folge dessen „werden die letzteren bei der bisherigen „Betriebsweise ihre Rechnung nicht mehr „finden. Sie werden gezwungen sein, „wollen sie sich auf ihren Besitzungen „halten, entweder durch Association ihrer „Grundstücke sich dieselben Vortheile „wie die grösseren Besitzungen zu verschaffen, oder aber doch durch gartenmässige Cultur von Gemüse und Obst „den Ertrag ihrer Besitzungen zu erhöhen.“ Denn anderentheils wird mit dem Fallen der Getreidepreise der Luxusconsum steigen. Die Nachfrage nach feinerem Gemüse und Obst wird zunehmen. In Folge dessen entwickelt sich, namentlich in der Nähe der Städte und wo sonst die Verhältnisse dazu besonders günstig sind, eine ausgedehnte Cultur derselben. Da Spatencultur für die meisten Gemüse unentbehrlich ist, so wird man ihren Anbau auf vielen kleineren Parcellen betreiben, deren Ertrag durch gleichzeitige Obstzucht noch wesentlich gesteigert wird. Schliesslich setzt die wachsende Bevölkerung dem Sinken der Getreidepreise bald ein Ziel. Sie werden sich, wie immer, auf die Produktionskosten stellen. Da man nun immer billiger wird produciren lernen, so wird dieser Preis ein niedriger sein. Das Verschwinden des Bauernstandes in seiner bisherigen Gestalt wird nicht als ein Unglück zu betrachten sein.

„Wenn die Ideen der „Friedensfreunde“ einmal allgemein anerkannt „und andere Erfindungen an die Stelle „der stehenden Heere getreten sein „werden, dann wird der Nimbus von „der Nützlichkeit und Nothwendigkeit „des Bauernstandes bedeutend verschwinden. Grössere Gutscomplexe werden

„den Massenbedarf mit Sicherheit decken
„und die Spatencultur wird den Hilfs-
„arbeiter selbst zum Theil ernähren.“*)

Heinr. Meier.

Unnatur.

Es ist eine bekannte Thatsache, dass oft Freunde der „naturgemässen Diät“, nachdem sie sich nun mehr oder weniger mit deren Principien bekannt gemacht haben, nicht nur alles frühere von Kindheit auf Gewohnte, radikal über Bord werfen, sondern sich sogar eine unreguläre, unstete und nachtheilige Lebensweise aneignen, welche weder mit den Bestrebungen des Vegetarianismus, noch mit dessen Grundsätzen übereinstimmt. So versicherte mir vor kurzem ein Freund unserer naturgemässen Lebensweise, er habe sich während des ganzen Winters, ausser einem kleinem Quantum Weizenbrod, ausschliesslich von gerösteten oder gekochten Kartoffeln ernährt. — Ob derselbe damit seinen Eifer für die Sache an den Tag legen wollte (wenigstens schien es mir so) oder ob egoistische Ursachen dabei im Spiele sind, will ich nicht untersuchen. Ich meinerseits gehe von der Ansicht aus, wenn auch die Kartoffeln Tausenden von armen Menschen das Leben fristen, so stehen sie doch, was Nahrungsgehalt und ihren Einfluss auf die Gesundheit des Menschen betrifft, weit hinter Milch, Eiern, Brod und Hülsenfrüchten zurück. Sie müssen in grosser Menge genossen werden, um den Körper die entsprechende Menge an Stickstoff zu geben. Dabei wird der Magen durch Stärkemehl, welches die Kartoffeln in Massen enthalten, so sehr überladen, dass ein Theil derselben ganz unverändert, ohne den Körper wesentlich zu nützen, wieder durch den Darm entleert wird; die Muskeln

erhalten weder Faserstoff noch Kraft, das Gehirn kein phosphorhaltiges Fett, der Stoffwechsel erlahmt und so sinkt man physisch und moralisch herab.

Viele unserer Mitmenschen, welche mit den Principien unserer naturgemässen Diät weniger vertraut sind, glauben Angesichts solcher Vorkommnisse, dass es unser Trachten sei, den Bedarf der Verdauungsorgane auf das äusserste zu reduzieren, um hauptsächlich der Arbeit, durch deren Erlös wir unsere Bedürfnisse befriedigen, möglichst zu entgehen. Dem ist aber nicht so; Trägheit anzustreben liegt durchaus nicht in der Natur der Sache, es ist vielmehr unser Streben, gesund und klar zu werden, um uns für geistige und körperliche Arbeit kräftig und tüchtig zu machen. Denn Trägheit, Kasteiungen des Körpers, unregelmässige Lebensweise wirken verderblich auf die Lebenskraft; Mangel an Thätigkeit und Bewegung verdicken das Blut; Trübsinn bemächtigt sich dann des Menschen, Ueberdruss lagert sich zu ihm und umdüstert ihm jede Freude und Lust.

Arbeit ist die Würze des Lebens, die Zierde des Menschen, ein Zeichen seiner Grösse, und ein Hebel seiner Gesundheit.
Dittrich.

Milch.

Man hört unter Vegetarianern häufig die Frage erörtern, ob die Milch principiell zulässig sei oder nicht. Nun ich gestehe, dass wenn man den Vegetarianer als Princip in seiner vollen Reinheit hinstellen will, als ein in letzter Linie anzustrebendes Ideal, über die Unzulässigkeit der Milch kaum ein Zweifel herrschen kann. Wir verwerfen das Fleisch hauptsächlich aus zweierlei Gründen, einmal weil der Mensch als Fruchtesser geboren ist, nach dem Urtheile aller Naturforscher, und weil diese Bestimmung sich gleichzeitig in seinem angeborenen Abscheu vor Blut und Thiermord kund thut, daher uns der Thier-

*) Dr. W. Hamm: Das Wesen und die Ziele der Landwirthschaft Bei H. Costenoble in Leipzig. 1866.

mord zum Zweck des Verzehrs unmoralisch erscheint. Hat das nicht genau auch auf die Milch Anwendung? Niemand wird läugnen, dass die Kuhmilch von der Natur für das Kalb bestimmt sei und die Kuh nicht mehr und nicht weniger erzeugt, als zur Ernährung desselben erforderlich ist, es ist also nöthig, das Kalb zu schlachten, um uns an die Stelle desselben setzen und auf unnatürliche Art, durch Melken, die Milch benutzen zu können, es hängt also mit dem Milchgenuss auch der Thiermord nothwendig zusammen. Wenn nun ferner der Mensch Fruchtesser ist, so ist nicht einzusehen, warum die Milch als thierisches Product weniger verwerflich sein soll als das Fleisch, und ich behaupte, dass der unverdorbene Instinkt auch Ekel vor derselben empfindet. Ich und viele Andere konnten es nie über uns bringen, sie von der Kuh weg zu trinken, ja es ist möglich, dass die Begierde zum Fleischgenuss dadurch bei den Kindern geweckt wird, und dass, wenn man sie frühzeitig an thierische Milch gewöhnt, man sie ohne Zweifel auch würde gewöhnen können Blut zu trinken, wie es bei einigen wilden Negerstämmen wirklich geschieht. Wenn nun auch bei der Milch diejenigen Nachtheile wegfallen, die mit der Bereitung des Fleisches (Essig, Salz, Gewürze etc.) verbunden sind, so kann sie doch nur allzuoft von kranken Thieren herkommen, abgesehen von der häufigen Verfälschung, die bei Früchten nicht möglich ist. Alles, was sich zur Vertheidigung der Milch vorbringen lässt, kann auch zu Gunsten des Fleisches gesagt werden und mit vollem Recht macht man den Vegetarianern den Vorwurf der Halbheit und Inconsequenz, wenn man sie Milch geniessen sieht, auch sehen wir, dass alle Gras- und Fruchtesser ausser der Muttermilch keine Milch mehr geniessen. Damit will ich keineswegs leugnen, dass es ein sehr bedeutender Fortschritt nach dem Wege der Mässigkeit sei, wenn man sich wenigstens des

Fleisches enthält, auch will ich die Frage unerörtert lassen, ob diejenigen, die bei Fleisch und vorwiegend stickstoffhaltigen Nahrungsmitteln aufgewachsen sind, ohne Nachtheil zu einer blossen Fruchtediät übergehen dürften; ich würde jedoch kein Bedenken tragen, Kinder von der Mutterbrust weg an reine Fruchtediät (Brod inbegriffen in unserm Himmelsstrich) zu gewöhnen und glaube, dass sie sich sehr günstig entwickeln werden, wenn die ganze Zahntheorie (die den Menschen unter die Fruchtesser setzt) überhaupt einen Sinn haben soll und Wahrheit ist.

Graf Zedtwitz.

G. Struve und die Salzfrage; Cornaro.

Zu Nr. 8 des Vereinsblattes S. 123 „Salz“ erlaubt sich der Unterzeichnete zu bemerken, dass er ebenfalls nicht unterlassen, Herrn Struve, der die Güte hatte, ihm den ersten Druckbogen seiner Schrift „Pflanzenkost“ zuzusenden, nach Lesung der von H. Vernimb gerügten Stelle wegen der halbschuhigen Verkleinerung des erwachsenen „Dornbusch“ angeblich in Folge der Unterlassung directer Salzzufuhr, sofort seine gerechten Bedenken darüber zu äussern und ihn darauf aufmerksam zu machen, dass in den Lehrbüchern der Anatomie und Physiologie kein Wort davon stehe, dass Kochsalz zum Aufbau und Erhaltung der Knochen so nothwendig sei wie phosphor- und kohlen-saure Kalkerde, indem ja nach Berzelius die Analyse der Knochen eines erwachsenen Menschen $\frac{2}{3}$ an organische Substanz (66,70) in folgendem Verhältniss ergiebt;

basisch phosphorsaure Kalkerde mit fluor calcium	53,04
kohlensaure Kalkerde	11,30
phosphorsaure Kalkerde	1,16
Natron und Kochsalz zusammen nur!	1,20
	<hr/> 66,70

Welch kleine unbedeutende Menge Kochsalz gegenüber der Kalkerde!!

Es müssen also ganz andere nachtheiligere Verhältnisse in der Lebensweise des Herrn Dornbusch obgewaltet haben, welche diese dem Herrn Struve später sichtbare — halbschuhige, (nach und nach oder rasch entstanden?) Verkleinerung wohl richtiger gesagt: ein in den Gelenken durch mässige bleibende Contraction der Muskeln der Glieder, nicht durch Reduzirung oder Einschrumpfung der Knochen selbst, hervorgerufenes vermindertes Körpermaass des H. D. veranlassten. Denn sicher hat der Mangel an directer Zufuhr von Kochsalz bei seiner Nahrung diese Deformität des H. D. nicht bewirkt! Wir wollen es uns aber doch merken für den Fall, dass unsere Knochen in Folge von salzfreier Nahrung je anfangen sollten kleiner zu werden oder unsere Muskulatur dadurch zu bleibender Verkürzung geneigt würde, und dann unser tägliches Brod sofort, wie Prof. Bock es befiehlt, recht ordentlich kochsalzen! Uebrigens verweise ich Jeden, der eine eingehende Erörterung der Frage: Ob das Kochsalz für den Menschen nothwendig oder entbehrlich sei? zu lesen wünscht, auf: W. Baers Chemie des practischen Lebens, 2. Bd., Seite 648 folg., wo er am Schlusse das Resultat mit folgenden Worten angegeben findet: „Wollen wir ehrlich sein, so müssen wir gestehen, dass uns die Wissenschaft keinen Aufschluss darüber giebt, ob ein mässiger Genuss des Kochsalzes den Menschen zuträglich oder nachtheilig ist. Ebenso wenig hat die Erfahrung des Lebens nachgewiesen, dass der Mensch durch das Würzen seiner Speisen mit Salz eine höhere Stufe seiner physischen Ausbildung erreicht hat. Und somit müssen wir auch die Antwort auf die Frage schuldig bleiben, ob es wünschenswerth sei, allmählig den Kochsalzgenuss zu beschränken oder nicht! „Es war uns bei dieser Erörterung nur darum zu thun, zu zeigen, auf wie schwachen Füßen viel verbreitete Meinungen stehen und wie sie durchaus keine gründliche Beleuchtungen vertragen!“ — sapienti sat!

„schenswerth sei, allmählig den Kochsalzgenuss zu beschränken oder nicht! „Es war uns bei dieser Erörterung nur darum zu thun, zu zeigen, auf wie schwachen Füßen viel verbreitete Meinungen stehen und wie sie durchaus keine gründliche Beleuchtungen vertragen!“ — sapienti sat!

Eine zweite, in Struve's sonst ganz ausgezeichnetem Werkchen über Pflanzenkost eingeschlüpfte und ihm von mir bereits mitgetheilte Unrichtigkeit erlaube ich mir hier ebenfalls zur Sprache zu bringen, denn der Pythagoräer muss Wahrheit über Alles stellen! Struve sagt Seite 28, dass Lodovico Cornaro dem Umstand die Besserung seiner schwerzerrütteten Gesundheit und ein Alter von über 100 Jahre verdanke, dass er sich entschloss, vom 40. Lebensjahr an der **Fleischkost** und allen alkoholischen Getränken zu entsagen! —

Dem ist aber nicht also! nicht der gänzlichen Entsagung der Fleischkost und aller alkoholischen Getränke verdankte, laut eigener Schrift, betitelt: „Vier Abhandlungen über die Vortheile eines mässigen Lebens,“ Gotha 1842. Seite 17 und 48 etc., Cornaro binnen Jahresfrist die Wiedererlangung seiner zerrütteten Gesundheit und darauf noch etliche 60 beschwerdefreie Lebensjahre, im Ganzen ein hohes Alter von 102 Jahren, sondern einer beispiellosen **Mässigkeit** in allen materiellen Genüssen neben Berücksichtigung aller anderen Gesundheitsbedingungen, so dass er täglich buchstäblich **nur** $\frac{3}{4}$ Pfd. Speisen (in Brod, Eidotter, Fleisch — Kalbfleisch, junges Ziegenfleisch, Hammelfleisch, Rebhuhn, junge Hühner, Tauben, Goldforellen, Hecht bestehend) und 28 Loth Getränke (Milch, Wasser, junger Wein) zu sich nahm.

Wäre da mit so klaren deutlichen Zügen wie über Mässigkeit so über fleischlose Kost gesprochen und ihr alle die Vortheile **jener** zugeschrieben

worden, so würde es mich wenig Ueberwindung gekostet haben, schon im Jahre 1842 Cornaros Beispiel nachzuahmen, d.h. Vegetarianer oder Carnevalist zu werden!

Die $\frac{3}{4}$ Pfd. Speisen und 28 Loth Getränke als tägliche Ration möchte ich eben nicht Jedem in allen Verhältnissen als Regel angerathen haben, denn mir hat die stricte Befolgung derselben (damals kaum 20 Jahre alt!) seiner Zeit schlechte Dienste geleistet! Immerhin giebt aber die Lesung dieser merkwürdigen, wunderschön geschriebenen Lebensbeschreibung Cornaros sehr viel zu denken und Manchem mag sie ein Fingerzeig sein, **was sonst noch, auch** bei Vermeidung der Fleischkost, zu beobachten ist, um einem zerrütteten Körper wieder aufzuhelfen und ein gesundes, möglichst hohes Alter zu erreichen, denn — der Vegetarianismus allein thut's auch nicht, thut auch kein Wunder, was wir an Graham sehen, der nur acht und funfzig Jahr alt geworden ist! Im quale **et** quanto unserer Ernährung und der Beobachtung aller anderen Gesundheitsbedingungen liegt demnach die Pointe unserer naturgemässen Diätetik, nicht im quale allein und darum wollen wir neben Pythagoras noch Cornaro setzen, der da bewiesen, dass man auch bei gemischter Kost über 100 Jahre alt werden und sich dabei eines ganz jugendlichen und geistesfrischen Greisenthums erfreuen kann.

Beide Männer zusammen mögen unsere Vorbilder sein! Es gilt daher auch hier als Schluss meiner Bemerkungen der Vers Rückert's:

„Das sind die Weisen

Die durch Irrthum zur Wahrheit reisen,

Das sind die Narren

Die — beim Irrthum beharren!“
Gustav Wolbold in Dresden.

Nachschrift der Redaction.

Auf eine Rückfrage an den geehrten Herrn Verfasser bezüglich der Neben-

einanderstellung von Pythagoras und Cornaro bemerkt derselbe: „ich für meine Person verbinde sie so miteinander, dass ich vom ersten die Qualität vom letzteren die meiner Constitution und Berufsart entsprechende Quantität der Nahrungsmittel entlehne, und lediglich so wollte ich verstanden sein.“ Wir stimmen darin ganz bei, dass die quantitative Mässigkeit so nothwendig ist als die qualitative, und sind davon in unserer „Natürlichen Lebensweise“ S. 24 ausgegangen. Wir meinen uns aber dennoch vor einem anderen Verständniss des Obigen verwahren zu müssen. Denn es könnte scheinen, als sei die quantitative Mässigkeit von Pythagoras nicht lernbar, und das wäre ein Irrthum, der das ganze Characterbild des Pythagoras zerstören würde. Pythagoras ist ein Muster auch der quantitativen Mässigkeit (siehe meinen Pythagoras S. 100) und steht auf einem ganz anderen Standpunkt als Cornaro. Letzterer war bis in das Schwabenalter ein lockerer Bursche, und die Krankheit machte ihn klug, dass er (quantitativ) mässig wurde und blieb. Vom moralischen Standpunkte der Mässigkeit und gar vom Vegetarianismus ist bei ihm nicht die Rede. Pythagoras dagegen war von frühe auf, aus religiössittlichen Gründen consequent ein Beispiel von beiderlei Mässigkeit im Vereine mit sonstiger harmonischer Entwicklung. Nur Pythagoras, nicht Cornaro, kann mir also Muster sein. E. B.

Gustav Struve.

Es muss uns in hohem Grade willkommen und unserer Sache förderlich sein, dass ein Mann von der Verlässlichkeit und vegetarianischen Erfahrung Struves — er hat seit 1832 dem Fleischessen consequent entsagt — in einer eigenen Schrift das Wort über unsere Sache nimmt. Der ehemalige Staatsprokurator, der Dulder in den Kasmatten, der Kämpfer in den amerikanischen Freiheitskriegen, er ist die leib-

haftigste Widerlegung einer Menge von Einwüfen, welche die Gedankenlosigkeit immer von Neuem erhebt. Struves Schrift führt den Titel „Pflanzenkost, die Grundlage einer neuen Weltanschauung. Stuttgart, im Selbstverlage und Commission bei Carl Aue. 135 Seiten. (20 Sgr.)

Der Werth dieser vortrefflichen Schrift liegt in zwei Punkten: in der reichen Erfahrung, aus welcher der Herr Verfasser spricht, und in dem sittlichen Standpunkte, von welchem aus derselbe unsere Sache betrachtet. Wir besitzen zur Zeit keine andere Schrift, welche wir in diesen Beziehungen gleich sehr empfehlen könnten: wir erklären uns in allem Wesentlichen einverstanden.

Wir glauben dem Herrn Verfasser und unserer Sache nur zu dienen, wenn wir die Leser dieser Schrift bitten, dasjenige, was nicht unter den moralischen Gesichtspunkt fällt, als nebensächlich zu betrachten, worin sich nach unserm Dafürhalten manches Irrthümliche findet, was wir heute leichter als solches erkennen als jener so lange einsam wandernde Nestor unseres Vereins, den keine anatomischen, gesundheitlichen oder sonstigen Kalkule, sondern allein sein sittliches Gefühl auf den rechten Weg leitete. Seine Ansicht über das Kochsalz als „Nahrungsmittel“, über die Wirkungen kleiner aber wiederholter Dosen von Gift, über die Bestimmung der Milch, über die Nützlichkeit von Salz und Zucker zum Erziehen von Wassertrinkern, über Cornaro als angeblichen Vegetarianer und Aehnliches sind nach unserer Ueberzeugung irrig, und wir bedauern, dass dadurch unseren Gegnern Waffen in die Hände gegeben werden. Aber diese Dinge sind in dieser Schrift auch so sehr das Beiwerk, dass sie uns den Genuss des eigentlichen Kerns der Schrift so wenig stören, wie etwa das Characterbild Jesu uns durch herrschende irrig Zeitvorstellungen nicht getrübt werden kann, oder wie eine schöne Statue uns nicht

unschöner dadurch wird, dass sie die Spuren verwitternder Zeit an sich trägt.

Mit dieser Einschränkung empfehlen wir die Schrift unbedingt.

E. Baltzer.

Holberg.

Wenn wir Vegetarianer die klassische Literatur der Völker durchstreifen, finden wir oft Worte von tieferm Sinn, deren Bedeutung uns erst durch den Vegetarianismus, und damit verbundener freieren Lebensanschauung, ersichtlich wird. Wir mögen dies oder jenes Werk früher gelesen haben, jetzt sehen wir es mit ganz anderen Augen, erstauen, dass wir jeden Augenblick Sätze finden, die tief in unsere Ueberzeugung eingreifen.

Es ist meine Absicht mit diesen Zeilen die Aufmerksamkeit meiner Gesinnungsgenossen auf einen in Deutschland halbvergessenen Dichter meines Vaterlandes zu lenken — halb vergessen sage ich, weil er früher in Deutschland fast eben so populär war wie in Dänemark selbst. Es ist dies Ludwig Holberg, Dänemarks Molière! Er that mehr für sein Vaterland als Fürsten mit dem besten Willen vermögen. Als er anfangs des vorigen Jahrhunderts als Schriftsteller auftrat, war das dänische Volk in verdorbene Sitten und schlechte Gewohnheiten versunken. Man konnte wohl damals mit Recht Shakespeares Worte: „it is something rotten in the state of Denmark“, anwenden. Er, der Mann aus dem Volke, er unternahm es, das Volk auf den rechten Pfad zu lenken, und — es gelang ihm. Durch seine Lustspiele machte er die schlechten Sitten des Volkes lächerlich; es fühlte sich betroffen; doch bald erkannte man in den beissenden Witzen ein Heilmittel von seltsamer Wirkung. Holberg ward der Liebling des Volkes, wie er es denn noch heute ist.

Holberg schrieb 32 Komödien, die im vorigen Jahrhundert viel in Deutsch-

lang aufgeführt wurden. Ausserdem haben wir einen reichen Schatz in seinen „moralischen Gedanken“, „die Geschichte Dänemarks“ etc. etc. Seine Biographie nebst Auswahl der Komödien, von Robert Prutz übersetzt, erschien 1857 bei Cotta in Stuttgart. Eine neue Uebersetzung erschien kürzlich im Bibliogr. Institut in Hildburghausen.

Holberg erzählt in seinen vermischten Briefen, Bd. I., folgende ergötzliche Geschichte:

„Ich bat mich einmal, um einen Versuch zu machen, bei einer vornehmen Dame auf ein Paar von ihren Schooshündchen zu Gaste, da dieselben meiner Meinung nach, ein vortreffliches Gericht abgeben würden. Allein die Dame zitterte bei meinem Antrage und erwiderte mir, dass sie lieber ihre beiden Töchter einbüßen, als sich zu einer so unnatürlichen That herbeilassen wolle. Ich stellte vor, dass sie ja doch kein Bedenken trage, Lämmer und Tauben zu schlachten, als die schönsten und unschuldigsten von allen Kreaturen. Sie aber versetzte, dass zwar Lämmer und Tauben, nicht aber Hunde dem Menschen zur Speise bestimmt wären: und wie ich mich hierauf eben rüstete, meinen Satz durch neue Gründe zu erhärten, so hielt sie sich beide Ohren zu, um nur ja keinen Theil an einer, ihrer Meinung nach, so gottlosen und unerhörten Lehre zu nehmen.“

„In „Jean de France“ sagt Hieronimus 3. Act 4. Scene:

„Aber Wasser und gebrannte Bohnen, können die wohl wirklich gut schmecken? Versucht einmal und gebt einem Kinde blossen Kaffee ohne Zucker, und seht zu, ob es ihn nicht wieder ausspuckt. Vielleicht sagt Ihr, dass doch Euer Sohn, Hans Franzen (Jean de France), und Andere der Art, einen himmlischen Geschmack darin entdecken. Ich entgegne: Euer Sohn Hans und andere Hansnarren haben sich anfangs ihrer Natur zum Trotz dazu gezwungen,

bloss weil das vornehm, weil das ausländisch war, und nachher bilden sie sich aus Gewohnheit ein, es schmecke gut.“ (Prutz Uebersetzung.)

Dies wird genügend sein, um den Leser einen Begriff von Holbergs Moral zu geben. Ich empfehle ihn selbst weiter zu lesen.

Wie treffend zeigt hier Holberg, wie unnatürlich das Thiertöden dem Menschen ist! Die Gnädige findet es entsetzlich einen Hund zu tödten, weil er den täglichen Umgang bildet, hingegen die lieblichen Tauben, die gewiss zu den schönsten Geschöpfen der Natur gehören, trägt sie kein Bedenken tödten zu lassen.

Diese Scene könnte ebensogut in unserer Zeit vorgefallen sein, wir sehen ja täglich ähnliches.

Kopenhagen.

Chr. Höst.

A. Douai.

Ein alter Genosse im Kampf um die Freiheit schreibt in Schönemann-Pott's in Philadelphia erscheinende „Blätter für freies religiöses Leben“, 1869, Nr. 7 und 8, eine Abhandlung: „Der sittliche Fortschritt der Menschheit aus der Geschichte des Essens und Trinkens bewiesen.“

Mit grosser Freude griffen wir zu dem Artikel und — die bitterste Täuschung folgte nach. Interessant aber bleibt er immerhin, wenn man sehen will, wie der Carnivorismus unserer Zeit Geschichte macht, und Philosophie spielt. Die Weltgeschichte zerfällt danach in drei Perioden: 1) die älteste Zeit, wo Essen und Trinken nichts als ein „viehischer Act“ war; 2) die mittlere Zeit bis heute, die Zeit der Völlerei und des Darbens; 3) die Zukunft: „das bessere Essen und Trinken wird demokratisch“, wodurch die Menschen „ungemein schnell veredelt werden.“ Dieses „bessere Essen“ ist nicht mehr „Mais, Hirse etc., eine Nahrung jedenfalls, der kein Gedanke

der Freiheit, kein Bewusstsein der Menschenwürde im Sklaven entspringen konnte, eine Nahrung, welche den Menschen zu einem stinkenden, übelathmigen, feigen und an seine niedere Bestimmung glaubenden Geschöpfe macht“ — S. 114 — sondern es ist — der Triumph der deutschen Kultur — „die Fleischbrühe, die Schinken, die geräucherten Ochsenzungen, Wurst etc.“, S. 117, kurz, der Carnivorismus der modernen Form, die Schöpfung und die Krone deutscher „Hausfrauen“!!

Man könnte versucht sein, das Ganze für eine Satyre zu halten, wenn nicht der Ort, wo es sich findet und die Totalität der Abhandlung bewiese, dass es ernst gemeint ist. Von historischer Treue, von physiologischer Erfassung des Gegenstandes von — der Wahrheit überhaupt finden wir keine Ahnung darin: die „raceveredelnde“ „frische und geräucherte Wurst, die in den klassischen Zeiten sogut wie unbekannt war“, dass ist hiernach die Mission des Germanismus und der Heiland der Zukunft!

Eduard Baltzer.

Eicheln.

Bei den öffentlichen Disputationen in Nordhausen über Vegetarianismus, deren in meiner „natürlichen Lebensweise“ S. 134 f. gedacht ist, wurde ärztlicherseits der „Mythus“ von den arkadischen Eichelessern dahin erklärt, dass darunter wohl die „Säue“ möchten zu verstehen sein. Gewiss eine geistreiche Konjectur, wenn man erwägt, dass die Pythia die Lazedämonier warnt, sich mit Arkadien in Kampf einzulassen, da dieses so viele starke Eicheln essende Männer zähle (*Πολλοὶ ἐν Ἀρκαδίῃ βαλανηφόροι ἄνδρες ἔασιν, — Οἱ δ' ἀποκωλύσουσιν* etc. Paus. Arc. VIII, II.)! Was uns daran heute wieder erinnert ist eine interessante Mittheilung, welche die „Zukunft“, 1869, Nr. 78, über die Eichel als Nahrungsmittel bringt. Sie schreibt: „Mr. King, der als Arzt

die amerikanische Armee auf ihren Streifzügen gegen die Indianer begleitete, beschreibt in einem medizinischen Journal folgendes Verfahren der Indianer in der Sierra-Nevada, die Eicheln geniessbar zu machen, die sie sorgfältig in grossen Haufen, gesichert vor Plünderung durch Bären, sammeln. Die Eicheln sind nämlich für die Indianer die Wintermonate hindurch fast die einzige Mehlahrung, die sie zu sich nehmen; sie nehmen davon, wenn sie auf der Wanderung begriffen sind, möglichst viel mit sich, und falls dieser Vorrath ausgeht, sind die Frauen gezwungen, viele Tagereisen weit zu den Vorrathskammern zurückzukehren, um von Neuem Proviant zu holen. Bei der Zubereitung werden die Eicheln ihrer Schalen entkleidet und mit spitzen Steinen zer-mahnt, eine für die Frauen, denen ja jede wirthschaftliche Beschäftigung obliegt, sehr mühsame und zeitraubende Arbeit. Das Pulver wird gegen eine Matte geworfen, wo das feinste hängen bleibt, mit einer Bürste abgefegt und gesammelt während der gröbere Theil von Neuem zerstampft wird, bis er dieselbe feine Beschaffenheit angenommen hat. Alsdann wird ein 3 bis 5 Fuss langes, 8 Zoll hohes Bassin gegraben, dessen Seiten festgestampft werden; dieser Erdkessel wird mit Wasser angefüllt, das durch glühende Steine, die hineingeworfen werden, kochend heiss gemacht wird; jetzt wird das Eichelmehl zugefügt, stundenlang sorgfältig herumgerührt und schliesslich absetzen gelassen. Wird das Wasser jetzt abgegossen, so haftet das Mehl, das eine schlammige Beschaffenheit angenommen hat, den Wandungen an, wird abgeschabt und in dünne Scheiben ausgerollt, die noch einige Zeit in fließendem Wasser ausgewaschen werden. Durch das anhaltende Kochen haben die Eicheln gänzlich ihren bitteren Geschmack verloren und das hieraus bereitete Brod schmeckte auch dem Berichterstatter vortrefflich. — Vielleicht

dürfte die Nachahmung dieses Verfahrens auch für unsere durch Hunger heimgesuchten Gegenden ein brauchbares und wohlfeiles Mehl liefern; für das Eichenlaub ist ja ohnehin jetzt vermehrte Nachfrage eingetreten.“

E. B.

Karmeliter.

Die Mönche dieses Ordens sind vom Tage des Eintrittes in das Kloster bis zum Tode zu Fastenspeisen verpflichtet. Von Kreuzerhöhung (14. Septbr) bis Ostern ist Abends nur „Collation“ d. h. es darf nur von einer Speise eine nicht zu voller Sättigung genügende Quantität genossen werden. Bei wem sich während des Noviziates herausstellt, dass er die Fastenspeisen nicht vertragen kann, wird entlassen. In Krankheitsfällen greifen die Anordnungen des Arztes unbedingt Platz. Im Karmeliter-Kloster zu Würzburg wurden in neuerer Zeit unter 100 Verstorbenen aus den Männer-Conventen 16 über 60, 9 über 70, 9 über 80, Einer über 90 Jahre alt, aus den Frauenconventen 24 über 60, 13 über 70, 4 über 80, Eine 91 Jahr alt. Die Verstorbenen stammten aus den verschiedensten Gegenden: Italien, Frankreich, Belgien, Oesterreich, Bayern, etc. F.

Meditationen eines Vegetarianers.

IV. Schluss.

„Acht Jahre habe ich in meinem Leben verloren und gelitten!“ Dies ist noch der einzige Misston, der sich in unsere harmonische neue Lebensweise zeitweilig ungebeten einmengt. Ohne Hoffnung, zerfallen mit der Welt, mit der Wissenschaft und mit uns selbst, haben wir in den 8 Jahren nach Hülfe, nach Heilung umhergetappt. Konnte uns das Alles nicht erspart bleiben? Ja! Würden wir in jungen Jahren lernen, wie wir unsere Gesundheit zu pflegen, zu erhalten und zu kräftigen haben, würde uns eine richtige,

wahre, natürliche Diätetik gelehrt, so bliebe im Mannesalter der Jammer, die Krankheit, das Unglück aus und wir wären in allen Ständen die Triebräder der menschlichen Gesellschaft, so wird uns aber viel, viel unnützes Zeug durch viele Jahre in den Schulen eingetrichtert, als reife Männer wissen wir hievon kein Jota mehr, und sind dann keine Triebräder, sondern werden von Leidenschaften, Gesellschaften und den modernen Culturverhältnissen wie das Rohr hin und hergetrieben! Man nennt uns Männer das starke Geschlecht! Einen ärgeren Hohn hat keines Menschen Gehirn je in die Welt geschleudert! Soll vielleicht die verloren gegangene Charakterstärke, Sittlichkeit, Manneswürde, von den Frauen wieder erfunden und dem männlichen Geschlechte eingepflegt werden? Warum bewundern wir noch heute die Spartaner wegen ihrer geistigen und physischen Stärke und ihrer strengen Sittlichkeit? Weil sie einfach und natürlich lebten, Zucht, Moral und Forschung hoch in Ehren hielten. Die Familie war ihr heiliger Tempel, in dem sie Muth, Energie, Tapferkeit und Stärke einsogen und mit diesen Tugenden siegten oder starben. Wie sind unsere modernen Familien beschaffen? Neid, Hass, Zwietracht, Völlerei und Krankheiten sind an der Tagesordnung, und eine Hölle eröffnet sich dem aufmerksamen Beobachter, dessen Augen noch nicht mit dem Schleier der reizenden Genüsse umflort sind. Saget einem Lungenleidenden: Taback ist für dich ein Gift; einem Gichtischen, Scrophulösen und Nervösen: Fleisch ist für dich ein Gift, so auch alle Spirituosen, und Ihr werdet ein Hohngelächter vernehmen. Alle diese sterben lieber, bevor Sie nur einen Genuss aufgeben! Armes Geschlecht, wie tief bist du gesunken! Nur eine Hoffnung hält uns aufrecht und wird uns nie trügen: „Die sich

in Deutschland bildenden Gesellschaften für natürliche Lebensweise, können weder von der Wissenschaft noch von unseren Gegnern todt geschwiegen werden, und die sich an den Nordhausener Hauptverein meldenden Mitglieder, wünschen wir in Bälde auf 10,000 ausgedehnt.“ Mit diesem zwar kleinen, aber eisernen Heere, wollen wir dann die grösste Reform der Gegenwart muthig durchführen.

Ein schönes Geheimniss können wir den Lesern dieser Blätter nicht vorhalten: Durch Rückkehr zur natürlichen Lebensweise ist in uns eine geistige Ruhe, Zufriedenheit und Versöhnlichkeit mit den Menschen eingekehrt, die wir allen unseren Mitmenschen und namentlich allen Lesern dieses Blattes wünschen.

Haben diese Zeilen nur Einen Genussmenschen zum Nachdenken gebracht, so haben wir nicht umsonst die Feder geführt, und Bekanntes und Wahres nochmals vorgebracht.

Meine Schrift: „Diätetische Briefe für das Volk“, (wird Ende Mai d. J. erscheinen) und soll einen Baustein zu demjenigen Tempel liefern, an dem seit Dezennien ein Struve, Hahn, Weilschäuser, Baltzer u. a. m. arbeiten.
F. W. Kubiczek in Wien.

Nahrung der Slaven im Alterthum.

B. Büchenschütz, Besitz und Erwerb im griechischen Alterthum, Halle 1869, S. 162: „den Hauptbestandtheil der Nahrung (der Slaven) bildete Getreide, namentlich Gerste, von welcher der Slave im Durchschnitt täglich einen Choenix, d. h. den 48. Theil eines Medimnos, welcher nur ein Geringes kleiner als der preuss. Scheffel ist, erhielt. Ausser dem aus Gerstenmehl in

einfachster Weise zubereiteten Brei, werden die Slaven nach Umständen auch andere Hülsenfrüchte und dergleichen, Fleisch dagegen nicht regelmässig erhalten haben; dass ihnen auch Wein gegeben wurde, kann bei dem Weinreichthum Griechenlands und der Wohlfeilheit dieses Getränkes nicht auffallen.“

E. B.

Herrn Hahn, Mexico. Dank für ausführliche Mittheilungen! Was den Schimmel im alten Grahambrode betrifft, so haben wir bemerkt, dass er um so leichter entsteht, je poröser das Brod ist. Im Anfang hatten wir nur Hefenbrod, und es schimmelte leicht. Wenn das Schrot sehr grob ist, bleiben Zwischenräume in denen der Schimmel sich zeigt. Seit wir — der Sicherheit halber — auf der Hausmühle selbst schroten — sodass etwa die Hälfte des Schrotes (dem Volumen nach) feines Mehl, die andere Hälfte feineren und gröberen Gries darstellt — und seit wir dies Schrot selbst mit Wasser (lau im Winter, kalt im Sommer) ohne jeglichen Zusatz von Salz, Hefe, Sauer Teig oder sonst etwas anmachen (auf 1 Pfund Schrot etwa $\frac{1}{2}$ — $\frac{2}{3}$ Pfund Wasser), so dass es einen (ja nicht zu steifen) leicht von der Schüssel sich lösenden und ballenden weichen Teig giebt, den man sofort, oder nach 1 oder mehreren Stunden bäckt, — im Backofen, wo Semmel oder Brode gebacken werden, — so lange haben wir gutes Brod, nicht abrindig, nicht krümelnd, nicht schimmelnd, sondern um so schöner, je reiner und von gutem Boden und guter Qualität der Weizen war. Mit Roggen und Gerste verfahren wir ebenso, nur von der Gerste nehmen wir die stacheligen grössten Hülsen ab. — Aus Weizen fabrizirt man hier fünf Sorten Mehl und die Kleie. Zu unserm Weizenbrod nimmt man 3 Pfd. Wasser und 5 Pfd. Schrot und erhält 7 Pfd. Brod. E. B.

Ehre dem Ehre gebührt!

Bereits Nr. 4 des Vereinsblattes brachte uns eine Geschichte der vegetarianischen Bewegung der Gegenwart aus der Feder unseres unermüdlichen, ausdauernden, edlen Freundes Emil Weilschäuser in Oppeln. So lesenswerth und dankenswerth der Aufsatz ist, so ist er doch ungerecht, weil er den Namen des Mannes verschweigt, welcher seit 24 Jahren unbekümmert um Hohn und Spott, unbeirrt durch Einsamkeit und Alleinstehen, dem vegetarianischen Principe nachlebt, als lehrendes Beispiel; welcher seit 24 Jahren in stiller Klausur die Literaturschätze der Nachbarvölker studirt und die Werke der Diät- und Sitten-Reformatoren in unsere Sprache überträgt, zu Predigt und Lehre in der deutschen Heimath; welcher seit 24 Jahren bescheiden und uneigennützig anregende Schriften vertheilt an Jeden, der sie nur lesen will — immer unbeirrt in der Hoffnung, dass einmal ein Saatkorn aufgehen werde! — Und sein Wirken ist nicht vergebens gewesen und seine Hoffnungen haben nicht getrogen. Auf seinen Vorarbeiten fusst Theodor Hahn, durch diesen ist Eduard Baltzer gewonnen und Th. Grieben publicirt jetzt einen Theil seiner lange vorbereiteten Arbeit unter dem Gesamt-Titel der Familien-Bibliothek: Gesundheit, Wohlstand und Glück. Der Name dieses Mannes, den wir mittelbar und unmittelbar Alle zu Dank verpflichtet sind, muss genannt werden, wenn er es auch selbst in bescheidener Zurückhaltung nicht thun wollte — es ist Emil Weilschäuser in Oppeln.

A. v. S.

„Die Bewohner des Schmalkaldener Ländchens“, sagt Meyer's Universum, „sind ein schöner, kräftiger Menschen-schlag und ein biederes, gastfreies Völk-

chen, voll Betriebsamkeit und voll Fleiss. In aller Frühe steht der Feuerarbeiter an seiner Esse und am Ambos und arbeitet noch rastlos, wenn schon die Sterne herabfunkeln, und seine Erquickung bei so mühseligem Tagewerk sind Kartoffeln, trocken Brod und selten mehr als Wasser. Aber auch voll Muth sind die Schmalkaldener, das bewiesen sie auch Anno sechs. Als damals das Kurfürstenthum Hessen dem Zorne des grossen Franzosenkaisers erlag, und die alten hessischen Krieger wie Feiglinge ihre Waffen niederlegen mussten, wagten sie es kühn und muthig, wenn auch vergebens, sich gegen die Fremdherrschaft zu erheben. Sie eroberten Schmalkalden und erbeuteten 18 französische Kanonen, mussten aber freilich ihre Kühnheit schwer büssen. Viele wurden deportirt.“

E. W.

Mitgliedschaft.

Dem deutschen Verein für natürliche Lebensweise traten ferner bei: Herr Claus Schnack, Schleswig; Max Broemel, stud. phil., Charlottenburg, Kurfürstenstrasse 15; Th. Schmalting, Kaufmann in Berlin, Lützowstrasse 97; Zeichenlehrer Carl Theil, Bonn; Joseph Dittrich, Lehrer, Nordhausen. Zusammen 318.

Literarisches.

„Zeitschrift für Ethnologie und ihre Heilwissenschaften als Lehre vom Menschen in seinen Beziehungen zur Natur und Geschichte. Herausgegeben von A. Bastian und R. Hartmann, Berlin, Wiegand & Hempel, 1869. 6 Hefte. 5 Thlr.“ Diese mit diesem Jahr beginnende neue Zeitschrift verspricht für den Vegetarianismus Ausbeute, vorausgesetzt, dass das Programm innegehalten wird. — Im Programm ist auch Darstellung der Nährweise der Völker der Erde in Aussicht genommen!

Th. Hahn's „Naturarzt“ 10—12 enthält: Der Typhus unter den Händen der Wassermediziner (Fortsetzung). Koffer: Heilung der Brandwunden durch Wasser. Kritische Anzeigen und Mittheilungen.

Soeben erschien:

Der Vegetarianismus, ... nach Erfahrung und Wissenschaft zusammengestellt von **Theodor Hahn**. Berlin, Theobald Grieben, (6 Sgr.) Ferner:

A. Rikli, Naturarzt in Triest: Thermodiätetik, Leipzig 1869.

Das in voriger Nr. angekündigte Buch von **Gustav Struve**: Die Pflanzenkost etc., ist nunmehr erschienen, im Selbstverlag und in Commission von Carl Aue, Stuttgart, und kostet 20 Sgr. (siehe oben Seite 137).

Desgleichen **A. v. Seefeld's** Studien über Gesundheit und Krankheit, Berlin, Th. Grieben. 5 Sgr.

! Neue Auflage!

Vegetarianisches Kochbuch für Freunde der natürlichen Lebensweise. Nordhausen, Verlag des Vereinsblattes für natür-

liche Lebensweise. In Commission bei Ferd. Förstermann: Zweite Auflage. 7¹/₂ Sgr.

Der unerwartete schnelle Absatz der ersten Auflage, zeugt für das steigende Interesse an der „natürlichen Lebensweise“ und für die Nützlichkeit dieses diätetischen Wegweisers, der hiermit empfohlen sei.

Unter der Presse:

Dr. med. R. Nagel: das Fleischessen vor dem Richterstuhle des Instinkts, der Vernunft, des Gewissens, der Religionsgeschichte und der Naturwissenschaften. — Selbstverlag. 5 Sgr.

Gustav Struve: Das Seelenleben, oder die Naturgeschichte des Menschen. Berlin, Theob. Grieben. (circa 20 Bogen, 1¹/₃ Thlr.)

— Herr Schaptag, unser Mitglied, Feingoldschlägerei-Besitzer in Nürnberg, schreibt, dass er sich freuen werde durchreisende vegetarianische Bundesgenossen bei sich zu sehen. Zum Vereinstag wird er in Nordhausen sein.

Vereinstag.

Zu dem ersten Vereinstag unseres Vereins, am 19. Mai, früh 8 Uhr, in Nordhausen, laden wir hierdurch, unter Hinweis auf die Bekanntmachung in Nr. 8, Seite 128, nochmals ein. Auch Herr Emil Weilshaeuser in Oppeln und Herr Schaptag in Nürnberg, werden sich bestimmt einfinden.

Bereits in voriger Nr. haben wir einen Statutentwurf veröffentlicht. Wir bitten auch diejenigen Mitglieder, welche zu erscheinen behindert sind, denselben zu prüfen und ihre Urtheile oder Abänderungsvorschläge uns nun sofort einzusenden, damit sie zur Verhandlung kommen können.

Ob dieses unser „Vereinsblatt“ fortbestehen wird, hängt von den Beschlüssen des Vereinstags ab. Die nächste Nr., Nr. 10, die letzte des Abonnements, wird ausschliesslich dem Bericht über den Vereinstag gewidmet sein. In derselben werde ich auch anzeigen, ob und wie das Vereinsblatt weitererscheint.

E. Baltzer.

Selbstverlag des Herausgebers **Eduard Baltzer** in Nordhausen.
In Commission bei **Ferd. Förstermann** daselbst.

Druck von **Th. Müller** in Nordhausen.

Vereins-Blatt

für Freunde

der natürlichen Lebensweise (Vegetarianer).

N^o 10.

Nordhausen, den 7. Juni

1869.

Demn aus der Künste schön vereintem Streben
Erhebt sich, wirkend, erst das wahre Leben!

Schiller, Huldg. der Künste

Bericht

über den ersten Vereinstag des deutschen Vereins für naturgemässe Lebensweise, Nordhausen, 19. Mai 1869.

Mel: Wo Kraft und Muth etc.

Seid uns gegrüsst Ihr Boten bessrer Zeiten,
An denen wir mit frohem Muthe baun!
Beim Werke, das wir still und ernst bereiten,
Willkommen uns, o Männer Ihr und Frau!
Den ganzen Menschen weihen,
Die Welt von Wahn befreien,

Das ist es, was uns heute froh vereint:
Ein Stern, der hell in alle Zukunft scheint.

Die Thierwelt fühlt wie Du des Lebens Wonnen,
Sie schmiegt erinnernd sich und traut Dir an!
Bist Du nicht Mensch, kannst aus den ew'gen Bronnen
Der Liebe reinen Trunk Du nicht empfahn?
O trink sie nur und werde
Gerecht der ganzen Erde:

Du wirst, versuch's, ein neuer Mensch dann sein,
Wirst Dich schon jetzt der „neuen Erde“ freun.

Und die Natur, sie weiss Dich reich zu lohnen —
Du wandelst rein an Geist und Leib in ihr!
Gesund und froh lässt sie Dich heiter wohnen
Voll Kraft und Muth wohl hundert Jahre hier.
In froher Arbeit Feier
Wird jede Seele freier;

Es flieht der Mord — der Friede kehret ein:
Die Menschen werden Menschen wieder sein.

Verheissungsschön steht so es schon geschrieben
In heiligen Schriften aus uralter Zeit!

Von der Natur hat uns die Schuld vertrieben, —
 So lehrt Erfahrung uns und Wirklichkeit.
 Die Ahnung der Geschichte
 Glänzt uns in klarem Lichte!
 Heil uns, ob auch die Welt uns Thoren nennt —
 Und Heil der Welt, wenn sie es einst erkennt.

E. B.

So fanden sich am 19. Mai früh 8 Uhr im Saale „zur Hoffnung“ unsere Mitglieder, Gäste und Freunde begrüßt. Der Lokalverein zu Nordhausen, gegründet am 21. April 1867, hatte die Feier seines zweiten Stiftungsfestes auf diesen Pfingsttag verschoben, um ihm durch die endgültige Constituirung des nur erst provisorisch bestandenen „deutschen Vereins“ und durch die Freude, eine Anzahl fern wohnender Vereinsgenossen bei uns zu sehen, eine höhere Weihe zu geben. Unsere Hoffnung, obwohl durch das Ausbleiben manches lieben Gastes getäuscht, auf den wir gehofft hatten, ist über Erwarten reich erfüllt worden. Schon der dritte Pfingsttag führte uns liebe Freunde zu, die sich meistens in Baltzer's Garten kennen lernten, und am Abend einen gemeinsamen Spaziergang unternahmen. Am andern Morgen bald nach 8 Uhr eröffnete Herr Belitski, der Vorsitzende unseres Lokalvereins, die Versammlung und eröffnete die Verhandlung mit der Bemerkung, dass diese erste Versammlung, als constituirende, nicht sowohl den Zweck einer Propaganda nach aussen haben könne, sondern den der Verständigung unserer selbst untereinander werde haben müssen: aus diesem Gesichtspunkte seien die Einleitungen dazu Seitens des provisorischen Vorstandes getroffen.

Zum Vorsitzenden wurde hierauf Baltzer, zum Stellvertreter Herr Buchhändler v. Seefeld (aus Hannover), zum Secretair Herr Belitski, zum Ordner Herr Rosenthal (Nordhausen) bestimmt.

Der Vorsitzende (Baltzer) begrüßte nun auch seinerseits die Anwesenden, unter denen von auswärtigen Vereinsmitgliedern sich u. A. befanden: als vegetarianischer Senior der Versammlung Herr E. Weilshäuser (Oppeln), ferner Herr May und Gattin (Berlin), Herr Oberlieutenant Mager (Prag), Herr Nauhaus und Frau (Eisleben), Herr Dr. med. Nagel (Barmen), Herr Kaufmann Vernimb (Berlin, auf der Auswanderung nach Brasilien begriffen), Herr Kaufmann Werner und Frau Schulz nebst Fr. Tochter (Wolkramshausen), Herr Studiosus Nauhaus (Berlin), Herr Kaufmann G. Schall und Sohn (Schwerin), Dr. med. Boruttan (Leipzig), Herr Kaufmann Poppe und Sohn (Artern), Herr Schönfärber Ed. Simon nebst zwei Söhnen (Stolberg a./H.), Frau Rosa Lehmann und Fr. Tochter Marie Lehmann (Naumburg a./S.), Fr. Helene Reil (Kösen), Herr Rentier Ludwig Moll (Elbingerode), Herr Feingoldschlägereibesitzer Schaptag nebst Gattin und Schwägerin, Fr. Dreykorn (Nürnberg), Herr Dr. med. („aber Naturarzt“) Hacker (München), Herr K. v. Oppel (Berlin), Herr Aug. Kruhl (Parchwitz, Schlesien), Herr Stud. Baltzer (Göttingen), Herr Ingenieur Rudolf Kulemann (Harburg), Herr Inspector F. Möckel (Bad Nauheim), Herr Oberlehrer Schöttle (Stuttgart), Frau Pätz und Fr. Tochter (Naumburg a./S.), Herr Postsecretair Naveau (Erfurt), Fr. Marianne Naveau, Musiklehrerin (Sondershausen), Fr. Julie Bertram, Kindergärtnerin (Sondershausen), Herr Referendar Horn (Freiburg i./Breisgau), Herr Kleemann, Weber (Woffleben), Herr Fabrikant Geist und Frau (Salza), Herr Oekonom Schimmeyer (Appenrode) auch andere Freunde der Sache, die noch nicht Mitglieder des Vereins sind z. B. Herr Katasterkontrolleur M. Meyenburg

(Stendal), Commerzienrath Ritter v. Voigtländer (Braunschweig), Herr Dr. med. Kluge, Königl. Arzt (in Sudenburg bei Magdeburg), Herr Baccal. med. Müller (Dresden) u. A. m., zu denen sich auch später noch mehrere Deputirte zur hydrodiätetischen Conferenz gesellten: Herr Dr. Meinert (Dresden), Herr Chr. Louis Zeller (Leipzig), Herr Martini (Dresden).

Diesen zahlreichen Kreis von Theilnehmern, zu denen die Mitglieder und Freunde des hiesigen Lokalvereins hinzutraten, vermehrte der Vorsitzende zunächst durch die Grüsse derer, die durch die grosse Entfernung oder andere Umstände zu erscheinen abgehalten waren. Solche Zuschriften und telegraphische Grüsse lagen vor vom Geh. Medicinalrath Kurz (Dessau), Herrn Th. Hahn (Waid), Herrn Lit. Giese (Münster), Herrn Slav. Breuer (Kuttenberg, Böhmen), Herrn Louis Hahn (Mexico, der u. A. auch einen für diesen Tag componirten Festmarsch eingesendet), Herrn Berner (Darmstadt), Herrn Winter (Bochnia), Herrn Goos (Schleswig), Herrn Kuhn, Arzt (in Seon, Schweiz), Herrn Kubiczeck (Wien), Herrn Brodersen (Itzehoe), Herrn H. Hain (Honef a./R.), Fr. Anna Lortzing (Berlin), Fr. Loesch (Pernau, Livland), Herrn Graf Zedwitz (Wien), Herrn Pastor Steinacker (Buttelstedt), Herrn Murrmann (Pressburg), Herrn Chr. Höst (Kopenhagen), vom Stuttgarter Lokalverein durch Herrn Director Paulus, Vorsitzendem und Herrn Ed. Sauer, Secretair des Vereins, endlich von einem Lehrer und vier Studiosen in Kremsmünster (Oberösterreich), welche folgende Zuschrift sandten:

Hochgeehrte Versammlung!

Die Umstände erlauben es uns nicht, nach jenem Ort zu ziehen, an welchem sich die vorzüglichsten Vertreter unserer Sache versammeln. Uns wird nicht die Freude zu Theil, die freien Männer kennen zu lernen, denen der Vegetarianismus eine zweite Lebensaufgabe geworden, uns ist es versagt die kräftigen, inhaltschweren Worte zu hören, die von ihren Lippen fliessen werden!

Aber auch wir im fernen Oberösterreich fühlen den Werth dieser Zusammenkunft, auch wir sind begeistert für die zarte Pflanze, die, im Aufblühen begriffen, noch der liebevollsten Pflege bedarf; der Vegetarianismus wird aber stärker und stärker werden, er wird sich zum mächtigen Baume gestalten, der dann seine Aeste und Zweige über die Erde breiten, auf alles Segen spenden wird.

Wir vertrauen auf Euch, o Männer! Wägt ab jedes Für und Wider, tauschet aus Eure Meinungen und gebt uns dann Eure Beschlüsse kund. An Euch ist es uns zum starken Bunde zu gestalten, denn nur im Vereine zeigt sich die Stärke!

So rufen wir Euch denn aus voller Brust ein herzliches „Glück auf“ zu und zeichnen uns mit Freundesgruss als Vegetarianer Kremsmünsters:

Brunnbauer, Lehrer. Brucker, Stud. philos. Hobecker, Stud. philos.
 Schwab, Stud. litt. Kreuzinger, Stud.

Viele dieser Grüsse waren von Anträgen und Rathschlägen begleitet und von Schriften, die für die Thätigkeit des Vereins an diesem Tage erfreuliches Zeugnis ablegten. Es sind nemlich seit dem letzten „Vereinsblatt“ (5. Mai) erschienen und wurden zur Ansicht vorgelegt; 1) vom II. Bande der von Weilshäuser herausgegebenen, bei Th. Grieben in Berlin erscheinenden „Familienbibliothek“ 7—10. Lieferung; 2) Dr. med. R. Nagel, das Fleischessen vor dem Richterstuhle des Instinkts, der Vernunft, des Gewissens, der Religionsgeschichte und der Naturwissenschaft. Selbstverlag. 5 Sgr.; 3) G. Struve, das Seelenleben oder die Naturgeschichte des Menschen. Berlin, Grieben. 1 Thlr. 10 Sgr.; 4) Franz W. Kubiczeck, Populäre Gesundheitslehre. Selbstverlag, Wien, Herrngasse 6; 5) Th. Hahn,

die Ritter vom Fleisch, (Prohebogen 1.); 6) Dr. med. C. W. Koch, der Vegetarianismus und der Physiantipathismus. Berlin, Oliven. 15 Sgr.; 7) Arnold Rickli (Director der Naturheilanstalten zu Triest und Veldes, Oberkrain), die Thermodiätetik. Selbstverlag und bei Braumüller in Wien.

Zu den Verhandlungen selbst übergehend schlug der Vorsitzende behufs Zeitgewinnung vor ohne besondere „Geschäftsordnung“ nach allgemeinen parlamentarischen Regeln zu verfahren und eine metallographirt vorliegende „Tagesordnung“ anzunehmen, in welcher der Vorstand alle eingegangenen Anträge so geordnet hatte, dass sie in zwei Theile zerfiel, 1) die Constituirung des Vereins betreffende Anträge; 2) besondere Punkte. Beide Vorschläge wurden angenommen. Der Vorsitzende übergab die Leitung Herrn v. Seefeld und erhielt das Wort als Referent zu der ersten Frage der Tagesordnung:

I. Was ist Vegetarianismus?

a. Vor Allem — ein Princip, und nicht ein Dogma, sagte der Redner, ein Grundsatz, eine Grundregel, nach welcher alles Betreffende zu geschehen hat, nicht ein Glaubenssatz, eine willkürliche, beschränkende Satzung, wie die religiösen Speisegesetze vergangener Zeiten. Das Princip führe zum Reformthum, das Dogma zur Secte. Unsere beglückende Wahrheit den Fesseln des Sectenthums absolut zu entheben, das sei die Aufgabe unseres Vereins, unserer Zeit.

b. Näher ist Vegetarianismus das Princip der Naturgemässheit des Menschenlebens. Die Erkenntniss der Natur überhaupt und der Eigenatur insbesondere ist die Quelle seiner Macht, der Gehorsam unter die erkannte Wahrheit, hier wie überall, seine sittliche Kraft. Der Vegetarianismus ist daher wesentlich Gesundheits-Lehre und Gesundheits-Uebung; nicht Heilslehre, nicht ärztliche Doctrin und Kunst. Er ist Jedermanns-Sache, nicht Aufgabe für Gelehrte, für Kranke u. s. w. Er ist freilich der sicherste Verhüter der Krankheit, für die Kranken erst recht nothwendig, aber wir müssen daran festhalten, dass er unsere eigene bewusst gewordene Natur ist, der wir nicht etwa nur in kranken Tagen, sondern in gesunden auch, consequent zu folgen haben.

c. Die Natürlichkeit als Princip ist nicht so zu verstehen, dass wir blindlings an gewisse „Naturzustände“ als an die letzte Instanz appelliren (O imitatorum servum pecus!) Das sagen nur die Spötter von uns, oder die Irrenden unter uns. Die menschliche Natur ist vervollkommnungsfähig, aber sie ist's in ihrer Art. Darum sind die physiologischen Lebensbedingungen massgebend.

d. Der Vegetarianismus, die bewusste Bethätigung unseres Lebens nach seinen eigenen Naturgesetzen, bezieht sich mithin auf den ganzen Menschen. Denn welche Auffassung der menschlichen Natur jemand auch haben möge, dass Leib, Gemüthszustand und Geist in wechselseitiger sehr inniger Beziehung zu einander stehen, wird allseitig zugestanden. Selbst wer des Referenten Ansicht von der Einheitlichkeit der Menschennatur nicht theile, werde wegen der wechselseitigen Einwirkung eine Diätetik des Körperlebens, des Seelenlebens und des Geisteslebens zu unterscheiden haben und anerkennen. Der Vegetarianismus sei diese practisch geübte dreifache Diätetik.

e. In der Gegenwart stehe der Vegetarianismus aber den herrschenden Ansichten und Gewohnheiten besonders in der Diätetik des Körperlebens abweichend gegenüber, und zwar A. bezüglich der Ernährung, B. bezüglich der sonstigen Erhaltung und Ausbildung.

Bezüglich der Ernährung sei allseitiges Einverständniss über die Pflicht der Mässigkeit, sofern sie sich auf die Menge der Nähr- und Genussmittel bezieht (quantitative Mässigkeit), aber nicht, sofern sie sich in der Art derselben zeigt (qualitative Mässigkeit). Die Physiologie fordere unsere Enthaltung von thierischer Speise, zumal aber Enthaltung vom Genuss des getödteten Thieres; ferner Enthaltung von den narkotischen Dingen (Opium, Tabak u. s. w.) von den Spirituosen (Wein, Bier, Schnaps u. s. w.) von den Gewürzen (Pfeffer, Kochsalz, Zimmt u. s. w.) und von anderen Giften (z. B. in Arzneien, Salben etc.)

Bezüglich der sonstigen Selbsterhaltung und Ausbildung komme es besonders auf a) Abhärtung, b) geschlechtliche Selbstbeherrschung an. Der Vegetarianismus lehre daher besonders durch angemessene Körperübung und Hautpflege im Sinne der Schrift von Rikli (aber mit Vorsicht!) die Lebensbedingungen erfüllen, und führe sichern Schrittes zu geschlechtlicher Selbstbeherrschung wie überhaupt zur Herrschaft des gesunden Geistes im gesunden Körper.

f. Man könne also sagen, der Vegetarianismus sei die Kunst des gesunden Menschenlebens, die Quelle und Blüthe des individuellen und des socialen Heils. Gleichviel, welche Beweggründe den Einzelnen vorerst treiben, — wer in dieser Richtung, in diesem Sinne aufrichtig strebt sein Leben zu gestalten, der ist mit uns, denn er wird in sich die Pflicht spüren, auf diesem Wege mit uns weiter zu streben.

Diese kurzen Züge, so schloss der Referent, würden unter Vegetarianern als persönliche Meinung genügen, um zu erfahren, ob wir über das Wesentliche im Vegetarianismus einverstanden genug seien, um darauf, — untergeordnete Meinungsverschiedenheiten auf sich beruhen lassend, — einen Verein zu gründen. Wolle man Eines vor dem Andern betonen, nun so dürfte fest zu halten sein, dass das Verzehren der Thiere seit Jahrtausenden schon als die Angel (*ἀγκιστρον σαροφαγίας*) bezeichnet sei, an welcher alles übrige Falsche hänge.

Die an dieses Referat sich anschliessende Debatte ergab, dass man in allem Wesentlichen einverstanden war. Vorgeschlagene kurze Definitionen wichen nur in der Form ab. Ein Mitglied brachte die Frage zur Erörterung, wie die „Pflicht“ entstehe? Referent erwiederte, sie entstehe hier wie überall dadurch, dass man (gleichviel zunächst aus welchen Gründen) für sich (subjectiv) zu einer Einsicht in die Wahrheit, zu einer Ueberzeugung von ihr, gelange und eben dadurch ihr zu folgen sich getrieben fühle; Pflicht sei das Bewusstsein von dem Gehorsam, den wir der Wahrheit schulden; hierauf beruhe die Moralität des Vegetarianismus. Von anderer Seite (von ausserhalb) wünschte man eine Formulirung dessen, was der Vegetarianer im Einzelnen fordere, um zu sehen, ob man ihm beitreten könne. Es wurde entgegnet, der Vegetarianismus sei keine Speisegesetzgebung oder dergleichen, sondern ein Princip, das in Wurzel und Stamm Eins und klar sei, in der speciellen Anwendung tausendfältig variire, wie des Baumes Gezweige und Gelaube, ohne jedoch Wurzel und Stamm zu verleugnen, aus dem das Alles sprosst. Die Versammlung war thatsächlich damit einverstanden, dass durch Obiges die Sache des Vegetarianismus hinreichend gekennzeichnet sei, um auf Grund dessen zu den folgenden Punkten der Tagesordnung überzugehen.

II. Ist das Wort „Vegetarianer“ mit einem deutschen vertauschbar?

Referent (Baltzer) theilt mit, dass verschiedene Vorschläge gemacht seien: „Selbstreformer“; „Frugalisten“; „Fruchtesser“. Die Besprechung stellte sofort

heraus, dass „Selbstreformer“ zwar ein guter Gedanke sei, aber für unsere Sache zu wenig unterscheidend, zudem auch undeutsch; „Frugalist“ sei noch undeutscher, obwohl in seiner doppelten Bedeutung interessant; „Fruchtesser“ allein sei gutes Deutsch, aber viel zu einseitig, weil es zu der irrigen Annahme verleite, als bestehe der Vegetarianismus in Nichts als im Fruchtessen. Von Wien war schriftlich befürwortet, man möge ja „Vegetarianer“ beibehalten, da das Wort einmal historische Bedeutung habe und eingebürgert sei. Da das Wort die Kräftigkeit des gesammten Menschen bedeutet, entschloss man sich um so eher dazu, als der umschreibende Ausdruck „Freund der natürlichen Lebensweise“ passend und üblich sei.

III. Statut des deutschen Vereins für naturgemässe Lebensweise.

§ 1. Zweck des Vereins ist die Pflege der Gesundheit und Wohlfahrt durch naturgemässe Lebensweise, auf Grund von Erfahrung und Wissenschaft, im Sinne des Vegetarianismus.

§ 2. Als Mittel zum Zweck empfehlen sich: a) das eigne gute Beispiel, zu dessen Controlle lediglich das persönliche Gewissen eines jeden gestellt ist; b) erfahrungsmässige und wissenschaftliche Thätigkeit für Erforschung und Verbreitung der einschlagenden Wahrheit. c) die Beschaffung und Verbreitung bezüglicher Bücher und Zeitschriften; d) Bildung von Localvereinen, Wanderversammlungen, Vorträge u. s. w.

§ 3. Mitglied des Vereins ist, wer durch Eintragung seines Namens in die Vereinsliste es als seine sittliche Pflicht anerkennt, im Sinne des Vegetarianismus thätig zu sein.

§ 4. Die Geschäfte des Vereins besorgt ein Vorstand von drei Mitgliedern: Vorsitzender, Schriftführer und Schatzmeister, welche alljährlich auf dem Vereinstage durch Stimmzettel gewählt werden. Sollte einer von den Dreien vor Ablauf des Geschäftsjahres ausscheiden, so ernennen die Uebrigen einen Stellvertreter.

§ 5. Zur Bestreitung nothwendiger Ausgaben (z. B. Schreibhülfe, Porto, Druckkosten u. s. w.) zahlt jedes selbstständige Mitglied einen Beitrag von jährlich mindestens 1 Thlr. durch frankirte Einsendung an den Schatzmeister, welcher alljährlich auf dem Vereinstage Rechnung ablegt. Freiwillige Beiträge sind ausserdem willkommen.

§ 6. Alljährlich findet eine Generalversammlung des Vereins statt, deren Ort, Zeit und Tagesordnung vom Vorstande bestimmt und den Mitgliedern mindestens acht Wochen vorher durch das Vereinsblatt bekannt gemacht wird. Anträge zur Tagesordnung müssen dem Vorstande vier Wochen vorher schriftlich eingereicht werden.

§ 7. Der Austritt geschieht durch schriftliche Erklärung und haben Ausscheidende an das Vermögen des Vereins keinen Anspruch.

Der Berichterstatter erlaubt sich dies Statut, als Ergebniss langer Beratungen vorzuschicken und dessen Zustandekommen mit Folgendem zu erläutern.

Der Referent (Baltzer) verwies zunächst auf den in Nr. 8, S. 124 d. Bl. enthaltenen Statutentwurf und die dazu eingegangenen Anträge und hob heraus, dass die Versammlung sich zunächst über zwei Punkte verständigen und entscheiden müssen: a) über den Geist, in welchem der Verein begründet sein solle; dieser kennzeichne sich in § 1—4 des Entwurfs, und sei durch die

Verhandlung zu Nr. 1 und 2 der Tagesordnung (siehe oben) noch bestimmter markirt, b) über die Organisation ihrer Grundform nach: ob nämlich der Verein ein persönlicher, mit einem einzigen Centrum, oder ein Verein von Vereinen sein wolle, oder ob der Versuch beides zu vereinen, wie im Entwurf § 8 angedeutet sei, vorzuziehen sein möchte.

Bei den sehr lebhaften Debatten hierüber kam zunächst der Grundsatz zur Anerkennung, dass nur die erklärten Vereinsmitglieder stimmberechtigt seien, dass aber das Wort auch den Nichtmitgliedern zustehen solle.

Demnächst stellte Herr Dr. Kluge den Antrag, den § 2 des Entwurfs, als den wichtigsten, im Einzelnen näher zu formuliren und festzustellen; Herr Oberlehrer Schöttle beantragte, das bisherige Provisorium fortzuführen und die Organisationsfrage einer Commission zu überweisen, welche auf dem nächsten Vereinstage Bericht zu erstatten habe. Herr v. Seefeld beantragt, der Verein solle sich auf Grund der Einzelmitgliedschaft organisiren; Herr May beantragt die Organisation heute vorzunehmen.

Nachdem der präjudicirende Antrag Schöttle, in Erwägung, dass die heutige zahlreiche Versammlung ausdrücklich zur Constituirung berufen sei, abgelehnt war, unterzog man die übrigen Anträge eingehender Erörterung. Die Versammlung lehnte den Antrag des Herrn Dr. Kluge ab, in Erwägung, dass die Generaldiscussion zu Nr. 1 der Tagesordnung hinlänglich gezeigt habe, was Vegetarianismus sei, und nimmt schliesslich den Antrag May und v. Seefeld an, die Organisation des Vereins auf Grund der Einzelmitgliedschaft sofort vorzunehmen. Als Hauptmotive für letzteren Beschluss traten hervor: a) dass zur Zeit nur wenige Vereine, aber viel zerstreute Mitglieder vorhanden seien, b) dass der Personal-Verein die natürliche Fortsetzung des Bisherigen sei und nicht ausschliesse künftig zum Verein von Vereinen überzugehen, c) dass der Personalverein den Localvereinen grosse Freiheit gestatte in Zulassung von Freunden der natürlichen Lebensweise, indem nur diejenigen Mitglieder dem „deutschen“ Vereine sich anschliessen würden, welche den Grundsätzen des Vegetarianismus wirklich folgen; d) dass die Organisation mit einem einzigen Centrum vorerst die leichtere und wirksamere sei.

Auf Vorschlag des Vorsitzenden wurde hierauf eine Commission gewählt, welche diesen Beschlüssen gemäss ein kurzes Statut zu redigiren und nach kurzer Pause vorzulegen habe. Herr v. Seefeld, Weilshäuser, May und Schöttle erhielten und erledigten diesen Auftrag.

Nach kurzer Pause kam dieser Commissions-Entwurf Satz für Satz zur Discussion. In der Ueberschrift wurde das Wort „Deutsch“ zugefügt, da es auch englische und amerikanische Vereine dieser Art giebt. Das Wort „natürlich“ wurde in „naturgemäss“ verwandelt, obwohl andererseits auch das „natürlich“ nach Analogie von „gesetzlich“, „vernünftig“ etc. in Schutz genommen wird.

Zu § 1, dem alten Nordhäuser Statut entnommen, wurden aus § 1 des „Entwurfs“ noch die Worte „auf Grund von Erfahrung und Wissenschaft“ eingefügt. § 2 ist wesentlich Art. 4 des „Entwurfs“. § 3 entspricht dem Alinea 1 im § 2 des Nordhäuser Statuts. Zu § 4 wurden die Anträge, das Amt des Schriftführers und Cassirers in einer Person zu vereinen, abgelehnt und vorausgesetzt, dass man drei an einem Ort Wohnende wählen werde; ebenso wurde abgelehnt, den Vorstand auf mehrere Jahre zu wählen.

Zu längerer Debatte gab § 5 Anlass. Im Gegensatz zur Commissionsvorlage war beantragt, statt 1 Thlr. Beitrag zu sagen einen „freiwilligen“ Beitrag, so dass nicht nur die Höhe des Beitrages, sondern die Frage, ob er überhaupt

einen Beitrag zahlen wolle, jedem überlassen bleibe. Motiv hierfür war, dass der Aermere nicht vom Verein durch diese Steuer zurückgehalten werden möge. Es wurde dagegen geltend gemacht, dass nur die „selbstständigen“ Mitglieder den Beitrag leisten sollten, und dass das ein schlechter Vegetarianer sei, der das kleine Opfer scheue, zumal er durch seine veränderte Lebensweise es hundertfach erspare: der Raucher zehnfach allein am Tabak, der Biertrinker am Bier, der bisherige Fleischesser am Fleisch u. s. w. Dagegen wurde bemerkt, es handle sich besonders darum, die angehenden Vegetarianer nicht abzuhalten und dem wirklich Armen seine Ersparnisse nicht für andere ihm dringliche Bedürfnisse zu stark in Anspruch zu nehmen. Herr Schaptag stellt den vermittelnden Antrag, jedes selbstständige Mitglied möge allerdings einen jährlichen Beitrag zahlen, dessen Höhe aber zu bestimmen, solle ihm selbst überlassen bleiben. Bei der endlichen Abstimmung blieb der Commissionsantrag mit 34 gegen 22 Stimmen in der Mehrheit. Auf die Frage, was der Vorstand thun solle, wenn die Zahlung nicht erfolge, wird geäußert, dass er die Säumigen in geeigneter Weise, etwa durch gedruckte Mahnzettel, werde erinnern müssen. Ein Beschluss hierüber wurde nicht gefasst. Der § 6 des Commissionsentwurfs wurde angenommen. Die Abstimmung über das Statut im Ganzen wurde ausgesetzt, bis über das „Vereinsblatt“ Beschluss gefasst sei. Nachdem dies geschehen (siehe unten N. 4) wurde das Statut in obiger Fassung mit grosser Uebereinstimmung angenommen. —

Hierauf folgte eine kurze Tischpause. In einem Nebensaale war ein einfaches vegetarischeres Mittagmahl hergerichtet, an welchem sich — so weit der Raum gestattete — gegen 90 Freunde beteiligten. Auch ohne die sonst üblichen Spirituosen herrschte hier die heiterste Laune und beim Klingen der Gläser ward manches frohe Wort zum Hochruf Aller; ich erinnere nur an den Toast auf unsere ersten deutschen Vegetarianer, die uns lange einsam vorgegangen, von denen wir Einen (Weilshäuser) unter uns haben und von denen ein Anderer (Theod. Hahn) heute seinen Geburtstag feiert! Ein anderer Toast galt den Frauen, die durch den Vegetarianismus eine wesentliche Emancipation aus der niederen Sphäre des häuslichen Lebens erfahren und Freiheit und Mittel für den höhern Beruf, namentlich auf dem Gebiete der Erziehung erlangen werden. Schade das ein höchst inhaltreicher Brief vom Prof. Weixlgärtner zu spät eingetroffen ist, um daraus Einiges mitzutheilen. Der so herzlich Grüssende würde sicher unsern Humor getheilt haben, trotzdem er den „Toast gegen das Toasten“ in Erinnerung brachte.

Una salus sanis nullam potare salutem,

Non est in pota vera salute salus!

Gesundheit soll ich trinken, weil voll die Gläser winken?

Doch will ich dir lieber sagen: Gesundheit wird **so** todt geschlagen!

Der „Todtschläger“ (Alkohol) ist eben unter Vegetarianern nicht vorhanden und der „Lebenwecker“ (Odh.), der Geist der Gesundheit, an seine Stelle getreten!

Statt der Siesta mit dem „Verdauungsfieber“, statt des Mocca und Cigarrendampfes sammelten wir uns daher nach Tisch sofort zur Weiterarbeit.

IV. Vereinsblatt. (Nr. 4—6 der Tagesordnung).

Der Berichtstatter Baltzer, als Herausgeber: Als vor Jahr und Tag der Nordhäuser Verein sein erstes Jahresfest gefeiert, habe er (Baltzer) auf seine Hand Nr. 1 des „Vereinsblattes“ drucken lassen, in der Aussicht, dass Nr. 2

vielleicht zum zweiten Jahrestage erscheinen könne. Die damals gemachte Erfahrung Weilshäusers, dass zu einem periodischen kleinen vegetarischen Blatte sich nicht Abnehmer genug gefunden, habe ihn veranlasst das zu thun, was er geglaubt auf eigene Hand ausführen zu können. Die unerwartete Theilnahme, die es gefunden, habe es ermöglicht, die erste Dekade erscheinen zu lassen, deren letzte (10) Nr. einem Berichte über den heutigen Vereinstag gewidmet sein solle. Er danke herzlich den Freunden, die durch Mittheilungen und durch Abonnement, die Sache gefördert hätten. Das Blatt sei der fliegende Bote geworden, der unsern Verein gesammelt, und es gereiche ihm zu einer grossen Genugthuung, denselben hiermit dem Vereine (von Nr. 11 ab) unbedingt zur Disposition stellen zu können und zwar als ein bereits lebensfähig gewordenes Blatt.

Ueber die ökonomische Seite des Blattes sich auszusprechen würde Referent keine Veranlassung haben, da das Bisherige incl. Nr. 10 lediglich eine Privatsache sei; da indessen der Verein werde zu beschliessen haben, ob und wie er, etwa nach einem aufzustellenden Programm, eine Redaction einsetzen werde, so wolle er über die finanzielle Seite Einiges zur Information mittheilen.

Da von Haus aus kaum ein Buchhändler zu finden war, wie Ihnen Weilshäuser näher erzählen kann, der eine vegetarische Schrift auf eigenes Risiko gedruckt hätte, so stand mit dem ersten Jahrgange unseres Vereinsblattes ökonomisch eine doppelte Ausgabe in nothwendiger Verbindung. Als nämlich eine bedeutende Autorität, Virchow, sich zum erstenmale mit uns direct befasste, schien es mir eine Lebensfrage sofort auf dem Platz zu sein und Stellung zu nehmen. Ich versuchte es in den „Briefen an Virchow“, die Sie kennen. Sie erschienen auf Conto des Vereinsblattes. Ebenso das „vegetarische Kochbuch.“ Ich trug anfangs Bedenken, zu einem solchen die Hand zu bieten, weil, wenn es nützen sollte, es ein seltsames Mittelding sein müsste. Indess die Unmöglichkeit, alle in diesen Beziehungen eingehenden Anfragen einzeln zu beantworten, nöthigten dazu, und so erschien das Büchlein, das soeben eine zweite Auflage erfuhr. Nehmen Sie dazu die äusserst umfangreiche Correspondenz und portofreie Versendung, so ist, abgesehen von der Gratisarbeit aller Beteiligten, freilich ein Deficit von etwa 150 Thlr. vorhanden; aber auch wohl Deckung in dem noch vorhandenen Material. Die Arbeit aber haben wir gewiss alle gern geleistet, weil wir wissen, welchem grossen socialen Heil wir damit zu dienen suchen. Wir achten gering die Unbill, die wir dabei von allen Seiten zu tragen haben; die Freude am Gedeihen unserer Sache ist unser Lohn.

Nehmen Sie nun aus diesem Beginn, der wie aller Anfang schwer war, das Vereinsblatt an sich heraus, und in Vereinsverlag, so wird es sich selbst halten können, wenn Sie 1) nur den ungefähren Bedarf drucken lassen, 2) die Versandkosten in Wegfall bringen und 3) die Ausstattung vielleicht weniger kostspielig einrichten. Ich habe anfangs 1000 dann 750 Exemplare drucken lassen, und zum grössten Theil versendet, und hatte anfangs nicht 50 jetzt ca. 410 Abnehmer. Die Stetigkeit der Zunahme lässt ein ferneres Wachstum der Abnehmer hoffen und ist dies ein erfreuliches Zeugniß für Verbreitung unserer Sache. Auf Verlangen bin ich bereit genauere Rechnungsübersicht zur Information vorzulegen, und empfehle dem Vereine das Blatt zu übernehmen und programmässig redigiren zu lassen.

An diese Mittheilungen knüpfte sich eine vielseitige Debatte. Man gab zu erkennen, dass der Verein den bisherigen Redacteur entschädigen müsse, dass er demselben die Redaction ferner übertragen möge in der Art, dass der

Vorstand darin die Vereinsmittheilungen zu machen habe, dass es als Inseratenblatt die Kosten decken helfe, dass es öfter erscheinen möge, dass man eine Commission ernennen möge, diese Sache mit Herrn Baltzer zu besprechen.

Hierauf erklärte Baltzer zur Vereinfachung etwa Folgendes: Von Entschädigung sei nicht zu reden: es komme darauf an, ob der Verein als solcher ein eignes Organ halten wolle? Wolle er das nicht, so würde er allerdings das Blatt um der Sache willen fortsetzen, aber unter anderem Titel, denn er habe nach Constituirung des Vereins kein Recht, das Blatt „Vereinsblatt“ zu nennen, wenn es das nicht sei; bisher, in der Periode des Werdens, sei der Titel factisch berechtigt gewesen. Stehe aber das Blatt als sein persönliches da, so könne er sich nicht dazu verstehen, Inserate gegen Geld anzunehmen, dem Belieben eines ihm z. Z. unbekanntem Vorstandes zu unterwerfen, das Blatt öfter erscheinen zu lassen, was 3000 Thlr. Caution fordere: Alles auf eigene Kosten und Verantwortung. Wolle der Verein vorerst kein eigenes Blatt halten, so erkläre er sich bereit:

1. das Blatt vorerst, in ähnlicher Weise wie bisher, fortzusetzen,
2. in demselben vom Vorstande des Vereins kurze geschäftliche Inserate, den Verein betreffend, aufzunehmen, wenn
3. der Verein ihn ermächtigt, das Vereinsblatt unter dem bisherigen Titel weiter erscheinen zu lassen.

Auf Antrag des Herrn Ritter von Voigtländer, wird dieses Abkommen durch allgemeines Erheben angenommen. Referent bat noch um fernere freundliche Unterstützung und nach Austausch verschiedener Wünsche, die Einrichtung und Haltung des Blattes betreffend, ging man zur Tagesordnung über.

V. Verbindung mit anderen Vereinen.

Nr. 7 der Tagesordnung beantragt „Herstellung einer Verbindung mit den ausländischen, namentlich englischen und amerikanischen Vegetarianervereinen“.

Der Vorsitzende befürwortet diesen Antrag unter allgemeiner Zustimmung. Er schlägt vor, Herrn E. Weilshäuser, der hierfür der geeignetste Mann sei, zu ersuchen, diese spezielle Aufgabe im Einverständniss mit dem Vorstande zu übernehmen und die entstehenden Kosten aus der Vereinskasse zu decken. Die Versammlung ist einverstanden, ersucht Herrn Weilshäuser darum, und derselbe nimmt an.

VI. Vorstandswahl.

Nr. 8 der Tagesordnung ward als durch das Statut erledigt anerkannt. Zu Nr. 9 wurde die Vorstandswahl mittelst Stimmzettel vorgenommen. Nach gemachten Vorschlägen und nachdem festgesetzt worden, die Wahl so zu vollziehen, dass gleichzeitig drei Namen aufgezeichnet werden sollten, und die drei Meistgewählten die Aemter unter sich vertheilen möchten, schritt man zur Wahl. Sie ergab, dass die Herren Belitski, Rosenthal und der Unterzeichnete für das nächste Jahr gewählt sind und erklärten die Wahl anzunehmen.

Die nun folgende zweite Hälfte der Tagesordnung, „besondere Punkte“ enthaltend, gab Anlass bei der schon vorgeschrittenen Tageszeit zu vereinbaren, welche Punkte noch zur Erörterung kommen sollten. In Folge dessen kommen noch folgende Punkte zur Erledigung.

VII. Statistik.

Von Stuttgart war der Antrag (10 der Tagesordnung) gestellt: „eine genaue Statistik über die Erfolge der naturgemässen Diät an Mitgliedern des

deutschen Vereins zu erheben“. Herr Schöttle befürwortet den Antrag, indem er vorschlägt, einen Frageplan aufzustellen und den Mitgliedern zur Beantwortung zugehen zu lassen. Es wird zugestanden, dass solche Statistik einen Werth für die Gesundheitspflege haben würde, dass sie aber jetzt sehr trügerisch ausfallen werde, da vorerst meistens erheblich Kranke sich dem Vegetarianismus zuwenden und Ergebnisse der Statistik bekanntlich in dem Grade erst annähernde Richtigkeit erhalten, als sie grosse Massen umfassen. Einzelne Krankengeschichten glaubwürdiger möglichst bekannter Personen seien vor der Hand wichtiger. Ueberhaupt aber seien die „Erfolge des Vegetarianismus“ nicht in Ziffern darstellbar, denn er sei nicht eine Heilweise, wie etwa Homöopathie oder Allopathie, sondern er sei die Kunst des gesunden Lebens nach Leib, Seele und Geist, wie auch diese Versammlung anerkannt habe. (Siehe I). Damit wurde der Gegenstand für jetzt verlassen.

VIII. Zuschrift an Universitäten.

Nr. 11 der Tagesordnung, vom Antragsteller Herrn v. Seefeld jetzt modifizirt, will, „sobald die Vereinskasse es gestattet, 23 Exemplare des Vereinsblattes oder die Broschüre von Ed. Baltzer anschaffen und an die Lehrstühle für Physiologie in Berlin, Bonn, Breslau, Erlangen, Freiburg, Giessen, Göttingen, Gratz, Greifswald, Halle, Heidelberg, Jena, Innsbruck, Kiel, Königsberg, Leipzig, Marburg, München, Prag, Rostock, Tübingen, Wien und Würzburg (vielleicht auch an Moleschott in Turin) zu versenden und mit einem motivirenden Schreiben zu begleiten.“

Der Antragsteller motivirt seinen Antrag damit, dass es oft nur an einem Anstoss fehle, um das Auge auf Dinge zu lenken, die sonst noch länger unbeachtet bleiben. Andererseits wird auf die Vergeblichkeit der Sache bei dem vielfachen Hochmuth des Gelehrtenthums hingewiesen. Dagegen wird Virchow als Beispiel angeführt. Auf eine Zuschrift Herrn Baltzer's habe Virchow bei Abfassung seiner Schrift über die Nahrungsmittel den Vegetarianismus nicht ignorirt, sondern zum erstenmale in unserer Zeit und unserer Vaterlande einer Kritik unterzogen, was ein grosser Gewinn geworden. Es sei zu hoffen, dass weiteres geschehe, wenn jene directe Anregung erfolge. Der Vegetarianismus stelle die Thatsachen hin; die Wissenschaft habe sie zu erklären. Der Antrag wird angenommen.

IX. Zuschrift an die „Zeitschrift für Ethnologie.“

Nr. 12 der Tagesordnung beantragt „an die Redaction der neugegründeten Berliner Zeitschrift für Ethnologie von Prof. Dr. Hartmann und Dr. Bastian in Berlin die Bitte zu richten, ihre Wissenschaft und ihre Verbindungen zu benutzen, um die von unserm Verein vertretenen Ansichten durch Klarstellung der bezüglichen Verhältnisse anderer Völker und Zeiten zu widerlegen oder zu bestätigen.“

Der Antragsteller, Baltzer, berichtet, dass das Blatt seit diesem Jahre erscheine, in seinem Programm speciell „die Lehre vom Menschen in seinen Beziehungen zur Natur und Geschichte“ als Aufgabe habe und insbesondere auch den „Nahrungsmitteln“ eine besondere Rubrik einräume. Die Herausgeber haben zu ihrem Zweck Verbindungen in den fernsten Ländern angeknüpft. Es sei von äusserster Wichtigkeit, dass die Erhebungen mit dem Bewusstsein vom Vegetarianismus geschehen, und dadurch motivire sich der obige Antrag. Derselbe wird ohne Debatte angenommen.

X. Milch, Eier, Honig?

Nr. 13 der Tagesordnung sagt: „sind animalische Producte lebender Thiere zur Nahrung zulässig oder zu empfehlen?“ Herr Schall hält den Genuss von Milch, Eiern und Honig für ebenso verwerflich als das Fleischessen, weil es das Töden der Thiere voraussetze. Dr. Kluge plädirt für den Honig, auf den das gar nicht Anwendung leide. v. Oppell will das jedem überlassen wissen. Der Vorsitzende bemerkt, dergleichen Fragen könnten ihre Erledigung nicht durch einen Beschluss finden, sondern nur durch sehr eingehende Untersuchungen von verschiedenen Standpunkten aus; dazu sei heute wohl nicht mehr Zeit, die Frage daher der literarischen Auseinandersetzung zu überlassen. (— Vergl. Nr. 1.)

XI. Kochen oder nicht?

Gleiche Bewandniss hat es mit der Frage 20: „Welche Nahrung ist auf die Dauer gesünder, die rohe oder gekochte? Welche Erfahrungen liegen darüber vor?“

Herr Schall isst nur Obst und Brod und theilt mit, wie er dabei gesund und kräftig für die härtesten Arbeiten und das Ertragen der verschiedensten Klimate geworden. v. Oppell bestätigt, dass ähnliche Versuche ihm gut bekommen seien. Der Vorsitzende theilt mit, dass er aus der ausgebreiteten Correspondenz mit den Mitgliedern ersehen habe, dass Manche ohne alles „Kochen“ (das gebackene Brod ausgenommen), Manche blos von Brod und Obst leben und sich sehr wohl dabei befinden. Z. B. hat Herr Winter in Bochnia einen Bericht hierüber dem Vereinsblatt eingesandt, welcher, sobald Raum ist, erscheinen und fortgesetzt werden soll.

XII. Medicin oder nicht?

Nr. 14 der Tagesordnung fragt: „ob und wie weit Medicin zulässig sei?“

Ueber diese Frage entspann sich eine sehr eingehende Debatte, an welcher sich vorzugsweise die drei Doctoren der Medicin Kluge aus Magdeburg, Borrutttau aus Leipzig, Hacker aus München und Herr Belitski theilnahmen. Wenn auch der einfache Laienverstand sich sagen muss, dass die Einführung an sich schädlicher Stoffe in den menschlichen Körper unter allen Umständen nachtheilig sein werde, und obgleich Vegetarianer daher allem Medicingebrauch abhold sind, so war die lange und eifrige Debatte doch so spannend interessant, dass die Versammlung, die von früh bis Abend in steter Erregung gewesen und wohl hätte müde sein mögen, mit der grössten Aufmerksamkeit folgte.

Herr Belitski erklärte sich entschieden gegen jede äusserlich oder innerlich anzuwendende Medicin. Er setzte auseinander, dass jede Arznei vor allen Dingen dem Instinkt zuwider sei, dass Niemand im Stande sei allen Wirkungen der verschiedenen Gifte im lebendigen Organismus nachzukommen, dass überhaupt beim Medicinverschreiben nach keinem Naturgesetze verfahren werden könne, sondern Alles auf Empirie beruhe, und also erst so und so Viele vergiftet würden, um nur die ohngefährten Wirkungen der Medicamente kennen zu lernen. Dr. med. Kluge aus Magdeburg erklärte sich mit dem Vorhergesagten zwar einverstanden, jedoch in einigen besonderen Fällen z. B. bei Vergiftungen oder Blutungen wollte er Abweichung vom Principe gestattet wissen; er warne vor „Principienreiterei“ und berufe sich auf eine 25jährige Erfahrung. Diese Ausnahmen wurden vom Vorredner nur bedingter Weise zugestanden und zwar bei Vergiftungen nur in dem Falle ein Gegenmittel für zulässig erklärt, wenn letzteres

selbst keine zerstörenden Wirkungen auf den Körper zur Folge habe und man überhaupt genau die Verbindung kenne, welche die beiden Stoffe mit einander eingingen, z. B. könne man bei Vergiftung durch arsenige Säure ganz gut Eisenoxydhydrat anwenden; natürlich wären solche Fälle nur äusserst selten. Nochmals müsse er vor den furchtbaren Folgen des Medicin-Aberglaubens warnen; die grosse Masse der Mediciner sehen den Magen wie eine Postanstalt an, von wo aus die sogenannten Heilmittel nach jedem beliebigen Theile des Körpers expedirt werden sollten. — Herr Dr. med. Borrutttau aus Leipzig lobte die sachverständigen Ausführungen des Herrn Belitski, verwarf absolut jede Anwendung von Medicin und bemerkte sehr treffend, dass ja schon durch die Grundidee des Vegetarianismus alle Reizmittel, folgeweise auch alle Gifte verdammt würden. Ganz besonders wandte sich Herr Dr. med. Hacker aus München gegen die Ausführungen des Herrn Dr. Kluge; er behauptete, dass dem Naturarzte in allen Fällen natürliche Mittel zu Gebote ständen: auch er berufe sich auf eine 20jährige Erfahrung, doch dies letztere wolle noch wenig besagen, wenn er als Beispiel die Ansichten seines verstorbenen Onkels, früher als Medicinal-Rath in Württemberg eine sehr wichtige Stellung einnehmend, hier noch anführen wolle: „derselbe habe sein ganzes Leben mit Eifer und Vorliebe dem Medicin-Studium gewidmet, jedoch im 70ten Jahre seines thätigen Lebens habe er nach 40jährigen Erfahrungen erklärt, dass die ganze Medicin-Wirthschaft auf keiner Wissenschaft beruhe, jedes Mittel, ja sogar die homöopathischen in den niederen Potenzen, durchaus schädlich und absolut zu verwerfen und das Publikum in einem gefährlichen Aberglauben befangen sei.“ —

Die Ausführungen der letztgenannten drei Redner wurden von den Anwesenden mit gespannter Aufmerksamkeit verfolgt und mit lebhaftem Beifalle aufgenommen.

XIII. Schluss.

Für die nächste Versammlung wird Pfingsten 1870 in Aussicht genommen. Einige Mitglieder übernahmen an grössere Zeitungen einen kurzen Bericht zu erstatten; mit dem ausführlicheren wurde der Unterzeichnete für das Vereinsblatt betraut. Für den andern Morgen früh 7 Uhr lud der Verein für Naturheilkunde zu seinen Verhandlungen ein, und für die spätern Tagesstunden wurde eine kleine Harztour in Aussicht genommen.

Der Vorsitzende dankte den Freunden, die zum Theil aus weiter Ferne gekommen und geholfen hatten, diesen ersten denkwürdigen Vereinstag des deutschen Vegetarianerbundes zu einem so gelungenen, und zugleich zu einem Tage so herzlichen Begegnens und froher Eintracht zu machen.

Damit schlossen die Verhandlungen in später Abendstunde, und die untergehende Sonne geleitete einen Theil der Freunde noch nach dem Harzgrig, von wo ein strahlender Mondenschein uns spät heim und zur Ruhe führte.

XIV. Anhang.

Früh 7 Uhr waren Viele wieder versammelt um zu hören, was die Herren Aerzte für Vereinsabsichten und Ansichten hätten, und gehört ein Wort darüber wohl noch zu meiner Berichterstattung, da das Verhältniss des Vegetarianismus zur Heilkunde ein für uns äusserst wichtiges ist.

Die Verhandlungen ergaben, dass in der Schweiz eine ganze Anzahl von Heilvereinen entstanden sind, die miteinander zu einem Centralvereine sich verbunden haben. Auch in Deutschland bestehen eine Anzahl solcher Vereine und unser Vereinstag, zu dem ohnedies einige Naturärzte erwartet waren (die leider

nicht alle gekommen) hatte in Leipzig, wo allein mehrere solche Vereine bestehen, den Gedanken angeregt, gleichzeitig nach hier eine Conferenz von Delegirten dieser Vereine behufs Organisation eines Centralvereins einzuladen.

Der Gedanke war zu spät gekommen, um der Einladung reichere Folge zu sichern. Es waren nur sieben Delegirte anwesend, darunter die Herren Dr. Meinert (Dresden), Hacker, Kluge, Borrutttau, Herr Zeller und Herr Martini.

Herr Dr. Meinert sprach ausführlich über Gesundheitspflege und Heilweise. Jene sei Aufgabe des Vegetarianismus, aber sie genüge nicht; der Mensch sei zu unvermeidlichen Einflüssen ausgesetzt, um nicht doch krank zu werden. Nun müsse freilich das Ziel sein, dass jeder sein eigener Arzt werde, aber dahin eben hätten wir als Einzelne sowohl wie durch Vereinsbildung zu streben, denn z. B. schon die Regulirung der Athmung, des Salzgebrauchs und dergleichen seien ebenso nöthig zur Gesundheit als das Essen und Trinken nach vegetarischen Regeln. Drei Hindernisse der Gesundheit habe die Naturheilweise insonderheit zu beseitigen, nemlich die Hemmnisse der Blutzirkulation, die Störungen der normalen Blutwärme, und in chronischen Leiden die Ablagerungen, welche Druck auf das Nervensystem üben. Es bedürfe noch eines „Medicinstabes“, um an das Ziel zu gelangen, wohin wir Alle strebten und deshalb sei die Organisation besonderer Heilvereine, an denen selbstverständlich auch Nichtärzte recht zahlreich sich betheiligen möchten, wünschenswerth.

Herr Zeller wollte von dem „Medicinstabe“ ebenfalls nichts mehr wissen, sondern ohne ihn wandeln, desto eifriger werde sich alle Welt kümmern lernen um das Eine, was noth ist.

Da Herrn Dr. Meinert's Vortrag gezeigt, dass er unter Vegetarianismus nichts weiter verstanden, als eine Diätregel im allereingsten Sinne des Essens und Trinkens, so bat Baltzer um das Wort, um im Namen des zahlreich vertretenen Vegetarianervereins dies Missverständniss im Sinne unserer gestrigen Verhandlungen zu lösen. Jeder Vegetarianer werde z. B. die Hauptpflege, die Einwirkungen von Licht und Luft, die Abhärtung also, die Wohnungsfrage u. s. w. für ebenso wichtig in individueller als sozialer Hinsicht halten und überhaupt Alles, was der Prophylactik dient, in seine Aufgabe ziehen. Dabei bleibe dem Arzt nicht nur das ganze Gebiet der chirurgischen Hülfleistung, sondern auch die Naturwissenschaft überhaupt, um uns desto sicherer Führer auf gleichem Wege sein zu können.

Es schien gut, dass dies Verhältniss überhaupt zur Sprache kam, denn es lässt hoffen, dass die Herren Aerzte dem Vegetarianismus ihr ganzes Studium zuwenden und dass andererseits die Vegetarianer jeden naturärztlichen Verein als einen nahen Verwandten betrachten und ihm ihre dauernde Theilnahme schenken.

Im Uebrigen erachteten sich die Delegirten nur competent zur Vorbereitung einer constituirenden Versammlung, für welche die zweite Hälfte des October und Leipzig als Ort in Aussicht genommen wurden. Die Herren Dr. Meinert in Dresden und Borrutttau und Zeller in Leipzig wurden beauftragt, die weiteren Einleitungen zu treffen. Diese Herren blieben nun noch zu Specialberathungen beisammen: die vegetarischen Freunde aber verabschiedeten sich und zogen noch etwa 40 Mann stark um 9 Uhr in den Harz ab, ein kleinerer Theil derselben blieb bis in die Rosstrappe beisammen und die Erinnerung wird uns Allen sagen, es waren schöne Stunden, die wir da im hehren Tempel der Natur verlebten. Ich schliesse meinen Bericht mit der Stimme einer Vegetarianerin (H. R. in K.), deren Wiederhall uns in das erhabene Felsenhaus mit dem sanften Waldesgrün an der rauschenden Bode zufällig begleitete.

Die Natur.

Mit dichten Wolken magst du dich umgeben,
Allgegenwärtige, gleich erkenn' ich dich;
Du magst der Nacht tiefdunklen Fittig weben,
Allwachende, sogleich erkenn' ich dich.

Wenn Sturm im Wald die Riesenbäume knicket,
Allmächtigherrschende, erkenn' ich dich;
Wenn Blitz auf Blitz der schwere Himmel schicket,
Allewige, in Flammen schau ich dich.

Wenn wunderbar der Frühling niedersteiget,
Allschaffende, wie froh erkenn' ich dich,
Im Blütenbaum, der sich zur Erde neiget,
Allvielverheissende, begrüß' ich dich.

Im Morgenroth, im Thau, der neu belebet,
Allherzerquickende, erkenn' ich dich;
Wenn Lerchenlied mit Loben aufwärts schwebet,
O Freudenspenderin, vernehm' ich dich.

Im Blumenschmuck, uns reich entgegen nickend,
Allvieltgestaltende, erkenn' ich dich;
Im Kinderaug', in reinster Unschuld blickend,
Allengelsendende, erkenn' ich dich.

Wer sich vom Erdenstaub zum Himmel wendet,
Allaufwärtsziehende, erkennet dich;
Wenn deine Liebe segnend Liebe spendet,
Allwaltende, mit Freuden nenn' ich dich.

Wenn sich das Herz gleich einer Aehre neiget,
Hoffnungserfüllende, dann kenn' ich dich;
Wenn Dank und Bitte täglich aufwärts steigt,
Allschmerzenstillende, dann preis' ich dich!

In der Veredlung tiefgefühltem Streben,
O Allbelebende, erkenn' ich dich;
In einer trauten Seele, mir gegeben,
Allliebende, mit Dank erkenn' ich dich.

Nordhausen, den 26. Mai 1869.

Baltzer, Berichterstatter.

Mitgliedschaft.

Dem deutschen Verein für naturgemässe Lebensweise sind ferner beigetreten:
Herr Albert Piek, Buchhändler und Paul Piek in Landsberg a. W. Frau Rosa Lehmann und Tochter Marie Lehmann in Naumburg a. S. Herr Rentier Moll in Elbingerode. Herr Dr. med. Hacker in München. Herr Schellwald und Frau in Nordhausen. Herr Ingenieur Rudolph Kulemann in Harburg. Frau Prof. Karoline Weixelgärtner, geb. Hengl und zwei Kinder Herrmann und Marie in Ofen. Frau Luise, geb. Weixelgärtner verw. Eödvös, Vorsteherin einer Erziehungs-Anstalt in Pest. Herr Karl Günther, Offizial des königl. ungarischen Landesrichters in Pest (Adr. Ofen, Wasserstadt, Neue Gasse 713.). Herr August Brodersen und Frau Christine Brodersen, geb. Kölln in Itzehoe. Herr Carl Mez, Sohn, Freiburg i. Br.

Deutscher Verein für naturgemässe Lebensweise.

Vom Vereinstage zum Vorstände auf ein Jahr gewählt, zeigen wir hierdurch an, dass Baltzer den Vorsitz, Belitski das Kassenamt, Rosenthal das Secretariat übernommen hat und bitten eingehende Sachen an den Vorsitzenden zu adressiren. Nordhausen, 1. Juni 1869.

Der Vorstand:

Ed. Baltzer. L. Belitski. Rosenthal.

Das Vereinsblatt

für Freunde der natürlichen Lebensweise (Vegetarianer)

wird weiter erscheinen (siehe oben Seite 152.) und dient dem „deutschen Verein für naturgemässe Lebensweise“ als Organ. Der Preis für den 2. Jahrgang (Nr. 11—20) ist auf 20 Sgr. herabgesetzt. Man bezieht es durch jede Buchhandlung von Ferd. Förstemann, Nordhausen, oder durch frankirte Einsendung von 20 Sgr. an den Herausgeber, Eduard Baltzer in Nordhausen, der dann jede Nr. sofort, und innerhalb des norddeutschen Postbezirks ohne Preiserhöhung franco zusenden wird. Bitte um deutlich geschriebene Adressen!! Der erste Jahrgang kann, so weit der Vorrath reicht, zu 1 Thlr. einzelne Nrn. zu 3 Sgr. bezogen werden. Zur Besorgung vegetarischer Schriften bin ich, so weit thunlich, gern bereit. Alle Freunde der Sache ersuche ich um freundliche Unterstützung. Eduard Baltzer.

Diejenigen Abonnenten, welche den Betrag für den ersten Jahrgang noch nicht entrichtet haben, werden darum höflichst ersucht. Bei der Preisherabsetzung auf 20 Sgr. kann ich künftig das Blatt nur gegen vorgängige Einsendung des Abonnements versenden. Eduard Baltzer.

Von Nr. 10 d. Bl., den Bericht über den Vereinstag enthaltend, habe ich eine grössere Anzahl drucken lassen und stehen bei mir à 2 Sgr. zu Diensten. E. Baltzer.

Literarisches (Siehe S. 147).

Bei Schluss der Redaction geht uns noch zu: Dr. med. Klencke: Fleisch- oder Pflanzenkost? Leipzig, 1869. 7½ Sgr. Halb für halb gegen, ohne Rücksicht auf unsere Literatur und physiologischen Gründe, culminirt die Schrift darin, dass es der Aerzte bedürfe, um für jeden die curative Diät zu reguliren! Wer noch Milch und Eier geniesst, „darf gar nicht von Vegetarianismus reden“ S. 43. Hr. Dr. Klencke also doch wohl auch nicht?!

Briefkasten.

An Verschiedene: Das Vereinsblatt ist kein Inseratenblatt; es würde dadurch stempelpflichtig. Hr. W. in St. Louis: Erhalten! Soll geschehen. Hr. L. H. Mexico Dank! Bitte um kurze Correspondenz für d. Blatt! Hr. L. Helsingfors: Bitte um genaue Francatur, da ich stets doppelt nachzahle. Hr. Fr. J. in Petersburg: Dergleichen Mühlen sind in Nordhausen von Hr. C. Hartmann à 16 Thlr. zu beziehen. Ueber die Brodbereitung berichtet das „Vegetarische Kochbuch“, Nordhausen, Förstemann. 7½ Sgr. Hr. Prof. W. Ofen: Besten Dank! Ap. ist längst in Arbeit. Baur seit Jahren gesucht: kann ich es in Kauf erhalten? — Baltzer.

Selbstverlag des Herausgebers Eduard Baltzer in Nordhausen.
In Commission bei Ferd. Förstemann daselbst.

Druck von Th. Müller in Nordhausen.

Vereins-Blatt

für Freunde
der natürlichen Lebensweise
(Vegetarianer).
(Zweite Auflage.)

N^o 11.

Nordhausen, den 10. Juli

1869.

Quicumque fuerint sapientes,
pares erunt et aequales.
Senec. ep 79.

Die Weisen aller Zeiten sind
Gleiche und Zeitgenossen.

Gleizès.

Unter den Vegetarianern neuerer Zeit hat sich der Franzose Gleizès, durch sein Buch „Thalysie“ und den edlen Geist, von welchem sein Werk und sein Leben getragen ist, einen bleibenden Namen erworben. Thalysia nannten die Griechen ihre Blumen- und Fruchtopfer — von thallein, grünen, — mit denen sie die Göttin der Früchte feierten. Dies Wort nahm Gleizès zum Titel seines dreibändigen Werkes, in welchem er das System des Vegetarianismus in seiner Art darlegte.

In unseren Tagen ist Vieles in diesem Werke nicht stichhaltig: Der Philosoph wird sich nicht mehr mit dem überlebten System des Sensualismus befreunden; der Geschichtskundige wird manche historische Anschauungen zu verbessern haben, die Naturwissenschaft hat noch correctere Beweise gefunden, die Moral hat sich objectiver gestaltet, die theologische Weltansicht hat sich für die denkenden Zeitgenossen ganz anders gestaltet. Dennoch ist Gleizès ein wunderbarer, anziehender Geist, voll Wahrheit und Poesie für Jeden, der auf höherer Warte stehend, ihn verstehen kann.

Sein Hauptwerk ist, soviel wir wissen, noch nicht in das Deutsche übersetzt.

Von verschiedenen Seiten wird es beabsichtigt. Es wäre zu wünschen, dass es entweder nur im kritischen Auszuge dessen, was heute stichhaltig erscheint, oder aber als treue Uebertragung eines grossen historischen Denkmals mit kritischen Anmerkungen durch kundige Hand geschehe. Um ihn unseren Lesern in etwas bekannt zu machen, geben wir aus der „Revue de l'Academie de Toulouse“ einen Abschnitt aus einem kritischen Briefe N. Joly's, Professors der vergleichenden Zoologie und Anatomie in Toulouse, dessen Urtheil um so unparteiischer sein wird, als er selbst — wie wir sehen werden — kein Anhänger des Vegetarianismus ist.

(Die Red.)

Jean Antoine Gleizès wurde am 26. December 1773 in Dourgne im Departement Tarn geboren.

Ausgezeichneter Schüler des Collegs zu Sorèze, folgte er beim Scheiden von dieser Musteranstalt dem Lehrplan der medicinischen Facultät zu Montpellier; aber ein unbesiegbarer Widerwille gegen anatomische Sectionen nöthigte ihn bald, einer Laufbahn zu entsagen, zu weleher ihn eine glühende Menschenliebe und wissenschaftlicher Beruf gleichsehr hinzogen. Indessen waren die Kenntnisse, welche er sich unter den geschickten Meistern des

modernen Cos*) erworben hatte, weder für ihn noch für seines Gleichen verloren, und mehr noch als einmal hatte er im Laufe seines nützlichen Daseins Gelegenheit, gegen das Missgeschick jene Kunst zu üben, welche mitunter heilt und allemal tröstet.

Enthusiast, wie man es mit 16 Jahren ist, und für die Freiheit eingenommen, wie es alle edlen Herzen sind, begrüßte Gleizès die Revolution von 1789 mit wahrem Glück. Er glaubte aufrichtig an den Eintritt einer neuen Aera, wo alle Menschen sich als Brüder behandeln würden; aber als er die republikanische Devise mit Blutzweigen geschrieben sah, als er die edelsten Häupter unter dem verhängnisvollen Beile fallen sah, wendete er seine Augen von diesen schrecklichen Scenen ab und ging, um sich in der Einsamkeit zu verschließen, welche so viel Anziehendes für ihn hatte. — Dort, inmitten der Natur und seiner Bücher ging er die Wissenschaften um Trost an, welchen sie niemals verweigern. Bald nachher ergriff eine noch süßere Neigung sein Herz. Er heirathete 1794 Frl. Aglaé Anglivièl de La Baumelle, Tochter des Schriftstellers dieses Namens, und fand in ihr nicht allein eine sehr lebenswürdige und geistreiche Gefährtin, sondern auch eine ergebene Freundin und ausgezeichnete Rathgeberin**)

*) Sie erinnern sich ohne Zweifel, dass man in dem Actussaale der medicinischen Facultät zu Montpellier unter der Büste des Hippokrates die vielleicht etwas anmassende Inschrift lesen kann: *Olim Cous, nunc Montpellienis Hippokrates*. Das will ganz einfach sagen: Hippokrates war ehemals in Cos, jetzt ist er in Montpellier.

**) Im Jahre 1847, d. h. 4 Jahre nach dem Tode ihres Gatten, hatte Mad. Aglaé Gleizès die Güte, mir zu gestatten, einen Theil meiner Ferien in ihrem Schlosse Nogarède bei Mazères (Ariège) zuzubringen. Dort wurde mir von ihr die zuvorkommenste und herzlichste Aufnahme zu Theil. Ich habe daher die Bildung ihres Geistes, den Adel ihres Charakters, die Schönheit ihres Herzens, alles dieses mit einer rührenden

Kaum genoss er die Freuden einer so wohl getroffenen Verbindung, als er durch das Departement von Ariège an dessen Normalschulen berufen wurde. Ein wenig später gedachte er einen Geschichtscursus an der Centralschule zu eröffnen; aber er entsagte bald diesem Plane und lebte von da an fern von Ehren und öffentlichen Stellen. Auf der Domaine, welche er am Fusse der Pyrenäen besass, zurückgezogen, schuf er sich eine eigene Welt und Existenz. Er isolirte sich von den Menschen, um die Natur besser zu geniessen. Noch mehr, er fasste damals den Entschluss, der Alles geniessenden Lebensweise zu entsagen und für den Rest seiner Tage eine ausschliessliche Pflanzen-, Frucht- und Milchdiät anzunehmen.

Ein solcher von einem Jünglinge von 21 Jahren ausgeführter Plan deutete ein sehr ernstes Streben seines Geistes an, oder eine schmerzhaft kranke Gerechtigkeit, oder eine hohe Bizarrität des

Einfalt der Sitten verbunden, schätzen können. Die Unterhaltung mit dieser vollendet lebenswürdigen Dame ist, wenn man so sagen darf, noch lebenswürdiger als sie selbst. Sie wusste Gedankenpfeile auszustreuen, welche ihr augenscheinlich Nichts gekostet hatten, und interessante Einzelheiten über Louis XV., über Madame de Maintenon, über Voltaire etc., Einzelheiten, welche ihr der Vater oft erzählt hatte und welche sie selbst mit unbeschreiblichem Reize und mit einer ganz jugendlichen Lebhaftigkeit erzählte, obgleich sie damals nahe an 74 Jahre alt war. Mad. Gleizès machte bisweilen Verse und sie machte sie mit Gefälligkeit und ohne jeglichen Anspruch auf ihren Geist und ihren Ruf. Ich habe deren sehr schöne unter den zahlreichen Bildern gelesen, welche ihren Salon schmückten und angenehme Erinnerungen bei ihr wach riefen an Madame de Staël, Charlotte Corday, Bernardin de Saint-Pierre etc. Madame Aglaé Gleizès starb zu Nogarède den 25. März 1853 im Alter von 80 Jahren und nach einer Krankheit von sehr kurzer Dauer. Sie bewahrte bis an's Ende ihre ausgezeichneten intellectuellen Eigenschaften und nahm in's Grab den Schmerz aller Derjenigen mit, welche, wie ich, das Glück hatten, sie zu kennen.

Charakters, vielleicht auch alles dreies zusammen. Andere klagten ihn der Ueberspanntheit und selbst der Narrheit an. Was mich betrifft, so sehe ich in diesem Entschlusse nur das Resultat einer tiefen Ueberzeugung, vereint mit einer sehr grossen Güte, deren Fülle sich über die ganze Natur verbreitet.

„Die Seele Gleizès“, wie es Alphonse Esquiros so schön sagt, „war die Seele eines Brahma in der Seele eines Franzosen.“ Seinen Grundsätzen getreu, verbot er auf seinen Gütern die Jagd. Nicht allein achtete er das Leben aller Thiere, sondern sehr oft begegnete es ihm, die durch Gold zu retten, die er wegen ihres Alters oder ihrer Schwäche zum Tode führen sah. Was seine Nahrung betrifft, so bereitete er sie sich selbst, damit keine unreine Substanz den so köstlichen Duft ihrer Reinheit mindere. Sein Küchengeräthe folgte ihm selbst auf der Reise, so grossen Widerwillen hatte er vor Allem, was in ihm die Idee von Fleisch und Blut hätte wachrufen können.

Während 50 Jahren, d. h. bis zum Ende seines Lebens, blieb Gleizès treu der Lebensweise, welche er angenommen hatte. Während 50 Jahren ging er mit gutem Beispiele voran, ohne jedoch seine Umgebung zur unschuldigen Lebensweise bekehren zu können. Er versuchte unter den angesehensten Literaten der zeitgenössigen Epoche Jünger zu erwerben. Châteaubriand, Lamartine, Lamennais waren taub gegen seine Ermahnungen. Girod de Chantrans, Anquetil, Charles Nodier und einige Andere hatten den Muth, sich als seine Anhänger zu erklären. Gleizès seufzte im Grunde seines Herzens über diese Gleichgültigkeit: denn, sagte er, auch die geistigen Wettrenner haben kein Feuer, wenn ich sie nicht mit meiner Frucht nähre. Obgleich er vielleicht noch mehr litt, indem er sah, wie seine Umgebung nicht nur nicht seine Ideen theilte, sondern vielmehr ihr eigenes Gewissen belog, so verbannte er sich

edelmüthig selbst von der Tafel, wo jene ausgezeichnete Frau sass.

Endlich stumpfte sich die Waffe des Spottes, so mächtig bei den Franzosen, an der unerschütterlichen Festigkeit seiner Grundsätze und der unerschütterlichen Reinheit seines Herzens ab, was mir noch mehr beweist, wie rein seine Ueberzeugung war.

Diese Sittenreinheit, welche sich auf seinem Antlitz abspiegelte, gab seinem Gesichtsausdruck einen unbeschreiblichen Zug von Milde, welche keine seiner Handlungen jemals Lügen gestraft hat. Gut und wohlwollend gegen Alle wurde er geliebt vorzüglich von seinem Hausgesinde und seinen Pächtern, welche noch jetzt sein Andenken ehren und segnen. Erfüllt von Achtung und Liebe gegen eine Gattin, von welcher er zärtlich geliebt wurde, genoss er bei ihr alles das Glück, was ein Mensch von Gemüth und Einsicht hienieden nur schmecken kann. Ihre Conversation war voll von Reiz, Geist und Lustigkeit.

„Und obgleich er tief gebildet, gelehrt und weise war,

„Hielt er sich nie davon dispensirt, lebenswürdig zu sein.“*)

Eine seltene Sache, wie bekannt!

Gleizès starb an einem jähen Schlagfluss den 17. Juni 1843. Er war damals 70 Jahre alt.

Das literarische Leben Gleizès' verlief ganz unter Denken und Klagen. 1794, als er kaum 29 Jahre alt war, veröffentlichte er „Melancholieen eines Einsiedlers“, von dem der Titel allein genug über Ton und Tendenzen sagt.

*) Diese beiden Verse endigen ein Gedicht (quatrain, Strophe von vier Versen), welches Brillat Savarin unter das Bildniss des Präsidenten II. de P. geschrieben hat. Hier die beiden ersten Verse:

In seinen gelehrten Arbeiten war er unermüdlich. Er hatte grosse Aemter, welche er würdig erfüllte
(Dans ses doctes travaux il fut infatigable, il eut de grands emplois qu'il remplit dignement. Et, quoique il fût etc.

Die „Elysischen Nächte“ erschienen im Jahre 1800 und „Les Agrestes“ (Ländliches) im Jahre 1804.

Eine zarte und melancholische Seele, hauchte er zuerst seine melancholischen Klagen aus, bald auf den Bergen, oder mitten in den Wäldern der Pyrenäen, bald an den Küsten des Oceans oder des Mittelmeeres. Ein anderes Mal, auf den Ruinen Sagunt's sitzend, betrachtete er die Sterne, „den Schmuck der himmlischen Gärten“, und er suchte „der Erde und ihrem verhängnissvollen Einfluss zu entfliehen.“

Wenn man die Vorrede zu den „Elysischen Nächten“ liest, sollte man glauben eine Idylle von Gessner oder einen Klagegesang Ossian's zu lesen. Das Werk selbst ist von einem Ende zum andern erfüllt von jenem träumerischen Gefühlsleben, welches man in der poetischen Prosa von (Chateaubriands) „Atalia“ und „Réné“ findet. Das sind tiefe Seufzer der Liebe, Klagen auf Felsen und in Wäldern, Gesänge zur Ehre eines schuldlosen und glücklichen Lebens in Einsamkeit etc.

In „Séléna oder die Familie von Samana“ kommt der Verfasser, verirrt auf den Wogen des Oceans, endlich an eine Hütte von Rohrgebüsch und findet die feinste Gastfreundschaft. Sein Wirth ist der Vater von zwei reizenden jungen Töchtern, von denen die eine, welche den Namen Séléna trägt, strahlender wie die Sonne, rührender als der Mond in fahlem Morgenglanze ist. „Der glückliche Greis hat und will keine andere Nahrung als die Pflanzen und Früchte der Erde. Er war unwillig gegen diejenigen, welche mit ihren grausamen Händen die Eingeweide der Thiere zerreißen, ihr zuckendes Fleisch verzehren und von ihrem Blute trinken. Daher, nach ihm, alle die Leiden, welche das Menschengeschlecht plagten, während, „wenn der Mensch sich mit den Geschenken begnügt hätte, welche ihm die Natur darbot, die Quellen seines Lebens in seinen Adern geflossen sein

würden wie der Bach durch das Gras der Wiesen und nicht wie ein Bergstrom durch die Felsen“ —. „Die Pflanzen, sagte er, „sind die beste Nahrung der Tugend.“

Das ist die Mutter-Idee, welche wir Gleizès allen seinen späteren Schriften einhauchen sehen. Nachdem er sie in den „Elysischen Nächten“ und in „Séléna“, welches nur eine angenehm modificirte Reproduction derselben ist, in Form des Romans gekleidet hat, erhebt der Verfasser diese Idee bis zur Höhe eines religiösen Dogma's in dem „erklärten Christenthume“ (Christianisme expliqué) oder der „wahre Geist dieses bis auf den heutigen Tag verkannten Cultus“ (veritable esprit de ce culte méconnu jusqu'à ce jour). Paris 1837 in 8^o). *)

Hier nimmt sich Gleizès vor, darzustellen, erstens, dass die Unterdrückung des Thiermordes die Mission Christi gewesen und dass man nicht zu gleicher Zeit Christ sein kann und sich dabei von Fleisch nähren; zweitens, dass, wenn das Christenthum den Thiermord gestattet, es keinen Sinn hat. In der „Thalysia“ oder „der neuen Lebensweise“ (nouvelle existence) macht er die Enthaltung vom Fleisch der Thiere zur wesentlichen Bedingung aller physischen wie moralischen Schönheit und selbst aller Intelligenz.

Sie sehen, theure Freundin, der Verfasser der Thalysia schreibt der Lebensweise einen ungeheueren Einfluss zu. Er vereinigt sie mit der Moral, er geht soweit, zu sagen, dass die Lebensweise über Allem steht, selbst über der Religion, d. h. sie ist selbst die wahre Religion oder wenigstens die

*) Dieses Werk wurde 1837 wieder gedruckt unter dem Titel, den wir angeben, aber es war schon 1830 unter folgendem Titel geschrieben: Le christianisme expliqué, ou l'unité de croyance pour tout les chrétiens. Gleizès war Protestant.

unerlässliche Grundlage derselben.

Dies vorausgesetzt, untersucht Gleizès, welches die ursprüngliche Lebensweise des Menschen vor seiner Entartung gewesen sein muss, und er gelangt dahin mit den Dichtern des Alterthums und dem ersten Buche Mosis, dass unsere ersten Eltern von der Milch der Erde lebten d. h. von Pflanzen und Früchten, welche sie damals in sehr grossen Ueberflusse darbot.

Panis erant virides primus mortali-
libus herbae

Quas tellus nullo sollicitante da-
bat. *) Ovid.

Sagt nicht Virgil selbst:

..... Et ante

Jmpia quam caesis gens est epu-
lata juvenis. **)

Alles beweist, fügt Gleizès hinzu, dass wir nicht geschaffen sind uns von Fleisch zu nähren. Unsere Augenzähne gleichen in nichts denen der fleischfressenden Thiere; Unsere grössten abgeplatteten und mit Tuberkeln versehenen Mahlzähne; unser Verdauungscanal von einer bedeutenden Länge und Capacität; unser Widerwillen rohes Fleisch zu essen, die deutlich angezeigte Neigung der Frauen, Kinder und der Kranken zur vegetabilischen Lebensweise; die Annahme dieser Lebensweise durch einen grossen Theil des Menschengeschlechts; das sind die Hauptbeweise, auf welche sich der Verfasser stützt, um einen Satz zu begründen; das sind die physischen Beweise, welche er zur Stütze seiner Schlüsse anruft.

Indem er in der Folge von der Idee ausgeht, dass der Mensch ganz Nerv und, folgeweise, ganz Gefühl ist, zeigt er ihn nur, wie er tausend und aber-tausend Einflüssen seitens der ihn umgebenden Elemente und Dinge unter-

*) D. h. das tägl. Brod der ersten Menschen bestand in Pflanzen, welche die Erde selbst hervorbrachte.

**) D. h. bevor ein gottlos Geschlecht vom geschlachteten Ochsen leben lernte.

worfen ist. Die äussere Natur wirkt in einer mysteriösen, aber mächtigen Weise auf uns ein. Sie verflucht uns mit einem ungeheuren Netze physischer und moralischer Empfindungen, denen wir uns vergebens zu entziehen wünschten. Der Zustand der Atmosphäre, der Grad der Temperatur, die Richtung der Winde, die Düfte, welche Pflanzen und Früchte aushauchen, jedes Geräusch der Natur, setzen unsere Seele in unaufhörliche Beziehung zu ihr, erregen uns oder besänftigen uns, begeistern uns oder vernichten uns; so zart und sensibel sind die Saiten des menschlichen Instruments; so wahr ist der Ausspruch, dass „wir nur ein mysteriöser Accord des mysteriösen Claviers der Schöpfung sind!“

Aber wie viel grösser und reeller noch ist der Einfluss der physischen Natur, wenn er sich in uns selbst ausübt, so bald wir ihn verkörpern in einer gewissen Art der Nahrung. Ein so oft wiederholter Act, dessen Resultat eine Aufnahme in unser Wesen (Assimilation) ist, hat daher die äusserste Wichtigkeit für den moralischen Menschen sowohl, als für den Physiologen und folgeweise ist also unsere Nährweise von entschiedener Bedeutung, oder, nach unserem Autor, „die Vegetabilien bilden die wirkliche Nahrung der Nerven. Sie bereiten das Fluidum, was sie einsaugen, das Oel zu dieser Wunderlampe.“ Und weiter: „der Mensch ist ganz und gar Pflanzenstoff, die Pflanzen enthalten alle seine Säfte, sie wenden sich an seine Organe, ohne nur eins zu vergessen, obwohl die edelsten Gegenstand ihrer Vorliebe sind.“

Und weiter noch: „die Quelle des Empfindungsvermögens (Sensibilité) liegt in den Pflanzen; sie ist nur da.“

Endlich: „die Pflanzenstoffe sind die grosse Leiter, welche die Erde mit dem Himmel vereinigt.“

Als Gegentheil: „das Fleisch ist gottlos; das Fleisch der Thiere macht zum Thier.“

„Der Mensch, der das Thier isst, was er getödtet hat, schliesst den Tod in seinen Busen ein.“

„Das Fleisch, welches wir in unseren Eingeweiden aufhäufen, das ist das Ferment, das verderbliche, was in unserem Busen alle Laster gähren lässt, und dort alle Züge von Güte, Weisheit, Gerechtigkeit zerstört, welche die Natur dort gesäet hatte.“

„Der Thiermord ist die Hauptursache der Irrthümer und Verbrechen des Menschen. Der Gebrauch des Fleisches ist die nächste Ursache seiner Hässlichkeit, seiner Krankheiten und der kurzen Dauer seines Daseins.“*)

Was also thun, um den Menschen aus seiner moralischen Entartung herauszuziehen, um ihn wieder auf den Weg der Unschuld und des Glückes zu bringen, den ihm der Schöpfer angezeigt hat?

Hören Sie die Antwort eines Sektirers hier: „Der moralische Mensch kann nicht gut sein, wenn der physische Mensch entartet ist.“

Um den leiblichen Menschen zu verbessern, ist es nothwendig, ihn in seine ursprüngliche Welt zu versetzen. Diese aber wird durch den Folgesatz angedeutet: „Das Brod ist für den Menschen das, was die Ambrosia für die Götter ist.“

Das ist im Abriss, aber getreulich wiedergegeben, der innerste Gedanke des Urhebers der Thalysie: das ist, nach ihm, der Anker des Heils des menschlichen Geschlechts, oder wenn man will seine Verjüngungsquelle. Das ist die wahre Lösung des religiösen und socialen Problems, welches heute so viele ausgezeichnete Geister, so viele edelmüthige Seelen beschäftigt, welche betrübt über die Gegenwart, unruhig

*) Dieselbe Idee findet sich ausgesprochen in einem zu Montpellier sehr populären Bauernsprüchwort:

Vos té passa dé médiçi,
Fay dé toun ventre un jardi.
(Etwa: Dass der Doctor fern dir bleib'
Mach zum Garten Deinen Leib.
(Die Redaction.)

um die Zukunft sind. Der vegetabilischen Lebensweise ist die Ehre vorbehalten, das Menschengeschlecht zu transformiren, zu regeniren.

(Der Verfasser critisirt nun das System, erkennt mit Flourens an, dass Anatomie und Physiologie die frugivore Urnatur des Menschen erweisen, im Gegensatz zur carnivoren, ebensowohl als zur herbivoren umgebildet sei. Obwohl Herr Joly also differirt und mit Recht viele Mängel und Schwächen der Thalysie nachweist, schliesst er doch:)

Ich habe mich nicht immer überzeugen können, das sei ferne, durch die Gründe des Philosophen oder des Physiologen, aber ich bin beständig gefesselt worden durch die elegante und feine Sprache des Schriftstellers, beständig gerührt worden durch die ausnehmende Güte des edlen Mannes. Ich zögere nicht, so werth und theuer ist mir die Wahrheit, ich zögere nicht mit Stoum zu erklären, das seit Plato und Jesus niemals eine schönere und lieblichere Seele (wenn nicht etwa die Ihrige) unter uns gestrahlt hat. Und hat nicht Christus selbst gesagt: „Es wird ihm viel vergeben werden, denn er hat viel geliebt?!

N. Joly.

Professor der Zoologie und vergleichenden Anatomie an der Faculté des sciences zu Toulouse.“ L. B.

Zur Salzfrage.

(Vergl. Nr. 8, S. 123.)

Aufgefordert, mit Bezug auf die jüngst erschienene Schrift unseres Nestors G. Struve: „Pflanzenkost“, meine Ansicht über den darin befürworteten Salzgenuss zu äussern, verweise ich einfach auf das von mir schon in meinem praktischen Handbuch I. Abth. Gesagte über den gleichen Gegenstand. Die Nährmittel des Menschen, in natürlicher Form ungekünstelt und unentmisch, die Körner- und Baumfrüchte, sowie die Milch enthalten sicher den Bedarf an Salzen in voll ausreichender Weise und Menge.

Freilich wer sein Getreide erst enthülsen, seine Früchte, Kräuter und Gemüse erst absieden, sein Fleisch abbrühen und damit also zu grossem Theile entsalzen und geschmacklos machen lässt, der mag das Bedürfniss für seinen Geschmack und selbst die Nothwendigkeit für seine Ernährung haben, seinen Speisen einen künstlichen Salzzusatz geben zu müssen und dem Geschmack wird man dann auch wohl gerecht durch den gebräuchlichen Zusatz von Küchensalz; ob aber auch der vorerwähnten Nothwendigkeit? Wohl schwerlich; denn die durch unsere Mahl- und Küchenprocesse unsern Nährmitteln entzogenen Nährsalze sind zum kleinsten Theile das Kochsalz (Chlornatrium) sondern Kali-(Kalk) und andere Natronsalze.

Im Uebrigen meine ich, sollten wir wegen kleiner Anstände und Differenzen nicht rechten und streiten; in der Hauptfrage bildet Struve's „Pflanzenkost“ ein neues, herrliches und in einzelnen Abschnitten ein unschätzbares, ja ich möchte sagen unvergleichlich schönes Zeugnis für den Vegetarianismus, für die natürliche Lebensweise! Und drum denn, auch trotz der S. in seiner Schrift, dem ältesten und berühmtesten Vegetarianer Deutschlands aus vollstem Herzen Dank für seine „Pflanzenkost“, die ich um keinen Preis mehr missen möchte in der Literatur des Vegetarianismus.

Am Auffahrtstage, den 6. Mai 1869.

Theodor Hahn.

Fleischbrühe.

Aus: „Archiv für die gesammte Physiologie des Menschen und der Thiere, herausgegeben von Dr. E. W. Pflüger, ord. öffentl. Prof. d. Physiologie a. d. Universität und Director des physiol. Instituts zu Bonn. I. Jahrg. 1. Heft. Mit 12 Holzschn. Bonn, 1868. Max Cohen & Sohn:“

„Untersuchungen über die physiolog. Wirkung der Fleischbrühe. Vorläufige Mittheilung von Dr. E. Kemmerich.

„Es gilt allgemein die Annahme, dass die Fleischbrühe auf das Nervensystem des Menschen belebend und erregend einwirke. Ueber die Ursache der Wirkung und über die Natur des wirksamen Princips ist nichts Näheres bekannt. Die meisten der neueren Chemiker neigen sich jedoch der Ansicht zu, dass in den sogenannten Extractivstoffen die spezifische Wirkung der Fleischbrühe beruhe. Diese Meinung basirt vorzüglich auf den Untersuchungen Ranke's (Tetanus. Leipz. 1865 u. Ref. im Centralbl. f. d. med. Wissensch. 1865. S. 725.), welcher durch das Experiment feststellte, dass ein Theil der Extractivstoffe des Fleisches die Reizbarkeit des Nervensystems erhöht und direct erregend auf dasselbe wirkt.

Bei der Verfolgung des vorgesetzten Gegenstandes gelangte ich hingegen zu anderer Ueberzeugung. Es sind nämlich die organischen Verbindungen der Fleischbrühe nicht die einzigen Körper, denen wir die erregende Wirkung zuschreiben müssen.

Die Ergebnisse meiner Untersuchungsreihe sind wesentlich folgende 3 Punkte:

1) In kleiner Dosis bewirkt die concentrirte Fleischbrühe Zunahme der Anzahl und der Stärke der Herzcontractionen; in grosser Gabe wirkt sie als Gift und tödtet unter den Erscheinungen der Herzparalyse.

Ich bediente mich bei meinen Versuchen einer Fleischbrühe, die ich aus frischem mageren Pferdefleisch darstellte. Die vollständig zerkleinerte Muskelsubstanz gab ich mit kaltem destillirtem Wasser auf's Feuer, liess sie kurze Zeit sieden und colirte. Die Colatur wurde im Wasserbade so concentrirt, dass etwa 20 od. 25 Cem. 500 Grammes Fleisch entsprach. Ich experimentirte mit diesem Präparate fast ausschliesslich an Kaninchen und spritzte die dünne, gelb-

braune Lösung, die den Geruch und Geschmack kräftiger Fleischbrühe in erhöhtem Grade besass, vermittelt eines elastischen Rohres in den Magen. Bei Hunden hat das Experiment Schwierigkeit, weil dieselbe stärkere Fleischbrühe meistens durch Erbrechen wieder von sich geben, was bei Kaninchen bekanntlich nie stattfindet.

Die Pulssteigerung, die bald nach der Injection kleinerer Dosen (Decoct. von 300—500 Grammes) beginnt, nimmt stetig zu, erreicht etwa nach $\frac{1}{4}$ Stunde das Maximum und sinkt nun langsam in $\frac{1}{2}$ —1 Stunde zum Normalpuls zurück. Ein nun folgendes Sinken desselben unter die Norm habe ich nicht beobachtet. Will man diese Erscheinung graphisch darstellen, so erhält man eine ziemlich rasch steigende Curve, die sich allmählich verflacht und nie unter die Abscisse fällt.

Dass die Stärke der Herzcontractionen ebenfalls zunimmt, lässt sich durch das Stethoscop constant und leicht beobachten. Ebenso bediente ich mich desselben, um die Anzahl der Pulse mit hinreichender Genauigkeit zu bestimmen. Die Respiration fand ich verlangsamt, die Athemzüge tiefer wie gewöhnlich. Da ich die Thiere nicht aufbinden wollte, musste ich auf die Bestimmung der Temperatur verzichten. Es schien mir dieselbe, entsprechend dem sehr munteren Wesen der Kaninchen etwas erhöht. Ich will jedoch auf die beiden letzten Angaben kein Gewicht legen.

Bei stärkern Gaben der Fleischbrühe (etwa das Decoct von 2—3 Pfd. Fleisch zu 40—50 Ccm.) folgt dem Stadium der Erregung bald das der Depression. Starke Kaninchen werden sehr bald matt und hinfällig, die Zahl der Pulse nimmt nach vorheriger Steigung rasch ab und die Thiere gehen schon nach Verlauf einer Stunde unter den heftigsten Convulsionen an Herzparalyse zu Grunde. Findet die Vergiftung langsamer statt, indem man entweder die Fleischbrühe in getheilter Dosis injicirt, oder nur

eben die zur Vergiftung nothwendige Menge benutzt, so sterben die Thiere häufig ohne jede Zuckung, sie gleiten langsam auf die Seite und sind todt.

Die sofortige Section ergibt Stillstand des Herzens in Diastole, die Arterien pulsiren meist noch schwach und unregelmässig. Ebenso gab dieselbe mir stets Rechenschaft, ob die Injection wirklich in den Magen gelangt war und nicht etwa in der Trachea durch Erstickung den Tod veranlasst hatte.

2) Das wirksame Princip in der Fleischbrühe, welchem in kleineren Dosen die erregende, in grösseren die vergiftende Wirkung zukommt, sind hauptsächlich die Kaliverbindungen derselben.

Diesen Satz stütze ich auf folgenden Versuch. Bestimmt man durch Injectionen die kleinste vergiftende Fleischbrühenmenge und zerstört durch Abdampfen und Glühen einer gleichen Quantität alle organischen Verbindungen, mithin die Extractivstoffe, so genügt die Lösung dieser Fleischbrühsalze, bei einem andern gleichstarken Kaninchen fast absolut die nämlichen Erscheinungen hervorzurufen, welche ich bei der Fleischbrühvergiftung beobachtete. Die Fleischbrühsalze sind aber in der That fast ausschliessliche Kaliverbindungen. Denn nach den Analysen von Keller (siehe Kühne, Handb. der physiolog. Chemie. Leipz., 1868. S. 307.) und den meinigen beträgt der Gehalt der löslichen Fleischbrühasche an Kalisalze über 90 %.) Es erklärt hiermit der enorme Reichthum an Kalisalz leicht die vergiftenden Symptome bei der Darreichung der concentrirten Fleischbrühe, da über die Giftigkeit des ersteren kein Zweifel besteht. Ebenso verhält es sich mit der erregenden Wirkung der Fleischbrühe.

Es stellten zwar namhafte Autoren den Satz auf, dass die Kalisalze in kleineren Dosen verlangsamen, in grösseren lähmend auf die Herzthätigkeit wirken. Bei diesen Eigenschaften

kann man allerdings das Kali unmöglich als belebendes und erregendes Princip der Fleischbrühe aussprechen. Da ich jedoch sogleich zeigen werde, dass die Kalisalze in kleinen und mittleren Dosen stets den Zustand der Erregung der muskulomotorischen Apparate des Herzens hervorrufen, der erst bei grösseren Gaben in den der Lähmung umschlagen kann, so ist es leicht zu verstehen, dass die Kalisalze an der erregenden Wirkung der Fleischbrühe einen hervorragenden Antheil nehmen. Die Extractivstoffe hingegen, und zwar vorzüglich die Inosinsäure und deren Zersetzungsproducte verleihen der Fleischbrühe durch ihren lieblichen (? — W.) Geruch und Geschmack den Werth eines Genussmittels.

3) Die Kalisalze wirken in kleinen und mittleren Dosen nicht verlangsamen auf die Herzthätigkeit, sondern erregend.

Dieses Resultat erhielt ich als Ergebniss zahlreicher Untersuchungen, die ich an Kaninchen und mir selbst anstellte. Ich benutzte meistens Chlorkalium und salpetersaures Kali. Beim Kaninchen beobachtete ich, sowohl nach subcutaner Darreichung wie vom Magen aus, stets dieselbe Pulssteigerung, und auch hier bemerkte ich späterhin kein merkliches Sinken unter den Normalpuls. Die Dosis betrug 0,5—1,5 Grammes.

Ich selbst liess mich, nachdem ich 1,0—2,0 Grammes Chlorkalium und salpetersaures Kali eingenommen, von einem Freunde beobachten. Die Resultate bestätigten in jeder Hinsicht die früheren.

Bezüglich der Differenzen, die meine Versuche mit denen Traube's (Traube, Berl. klin. Wochenschr. Jahrg. 1865, Nr. 24.) und Guttman's (P. Guttman, Berl. klin. Wochenschr. Jahrg. 1865, Nr. 34.) darbieten, möchte ich folgendes bemerken:

Traube spritzte die Kalilösung direkt in die vena ing. ext. des Hundes. Die Lösung passirte also nur den kleinen

Kreislauf und wurde mit verhältnissmässig wenig Blut vermischt durch die Coronar-Arterien in die Herzmuskulatur geschleudert. Es wurden also die muskulator. Herzapparate plötzlich von relativ grosser Menge des Kali getroffen. Sehr leicht kann hierbei die Lähmung so rasch eintreten, dass die vorhergehende Erregung sich der Beobachtung entzieht. Dass man vom Magen aus viel grössere Mengen ungestraft reichen darf, ist leicht ersichtlich. Denn die Resorption durch den Magen wie die Ausscheidung durch die Niere ist hier eine stetige. Es werden sich also nur kleine Mengen und diese in allen Körperflüssigkeiten vertheilt im Organismus anhäufen können. Die Versuche von Guttman bezüglich der Pulszählung an Kaninchen habe ich gewissenhaft wiederholt; dieselben fielen zu meinen Gunsten aus. Guttman führt nur eine Pulszählung von dem eigentlichen Versuche an. Ich halte dies bei den leicht erregbaren Thieren für nicht ausreichend. Bei wiederholten Zählungsversuchen vor Injection sinkt häufig der Pulsschlag, weil sich die Thiere beruhigen. Ist aber die 1. Zählung zu hoch, so ist der Irrthum unvermeidlich.

Vor einigen Tagen hatte ich die Freude, die sehr sorgfältige Arbeit von Alfred Nobiling (Zeitschr. für Biologie IV. Bd. 1. Heft, München 1868) zu lesen. Derselbe gelangte bei Gelegenheit des Studiums des weinsauren Antimonoxyd-Kali zu den nämlichen Resultaten.

Weinsaures Kali verursachte bei Fröschen constant Steigerung der Herzaction, dann erst bei vergiftender Dosis Sinken des Pulses und Tod.

Zum Schlusse gestatte ich mir Hr. Prof. E. Pflüger, auf dessen Rath ich diese Untersuchungen vorigen Winter im hiesigen physiolog. Laboratorium ausführte, für die freundliche Untersuchung hierbei öffentlich meinen Dank auszusprechen. (Vergl. S. 106.)

Mitgetheilt von Prof. W.

Arnold Rikli.

In der letzten Nr. dieses Blattes ist A. Rikli's Schrift „die Thermodiätetik“ kurz angezeigt. Ich hatte mir bisher nach Hörensagen ein falsches Bild von Rikli und seinem System gemacht und glaube um so mehr die Pflicht zu haben auf obige Schrift aufmerksam machen zu müssen. Ich halte sie, wie Lundahl's Schrift über den Tabak, für eine wesentliche monographische Ergänzung unserer Lebenslehre. Nicht als ob ich Alles in der Schrift unterschreiben, oder jedem Alles dort am eigenen Beispiel gezeigte zur Nachahmung empfehlen möchte: allein jeder verständige Leser wird für die Hautpflege und Abhärtung, — eines der wichtigsten Vorbeugungsmittel gegen tausend Krankheiten — sehr viel Gutes lernen können, nur muss er mit Einsicht und Vorsicht darauf eingehen lernen. Man braucht der sonstigen Sitte sich ja nicht zu entziehen oder gar à la Mahner zu verabenteuern. Mir scheint Riklis besonderes Verdienst darin zu bestehen, dass er an sich selbst practisch erforscht, was die Thermodiätetik als solche zu leisten im Stande ist. Nehmen wir von ihr in unsere Gesamtlebensweise auf, was die Individualität und die sonstigen Verhältnisse eines jeden als vernünftig gestatten. Es sei erlaubt ein Beispiel im Kleinen zuzusetzen. Bei meinem frühern zwanzigjährigen nervösen Kopfleiden war ich auch mit steten kalten Füßen, Schweissfuss, und leichter Verletzbarkeit der Fusshaut (durch Reiben des Schuhwerks) beladen. Alle Mittel dagegen blieben fruchtlos. Es ist nun das dritte Jahr, dass kein Strumpf oder Lappen um meine Füße kommt, — ich trage morgens und abends leichte Pampuschen (Leder und Leinwand) und übrigens lederne Stiefel und Halbstiefel — und habe seitdem warme Füße, kein Kopfweh, keinen Schweissfuss, und nie reibt mich der Stiefel — und ich mache gelegentlich starke Fussturen. Im Winter

friert der Fuss lange nicht so wie früher, freilich unterbinde ich auch keine Ader, um die Blutzirkulation nicht zu hemmen, und klemme den Fuss nicht in ein Joch, wie die Herren Schuhmacher uns aufzubinden pflegen, weil sie auf Eitelkeit der Menschen rechnen. Das tägliche Fussbad trägt bei, den Fuss reinlicher zu halten — schon eben weil er gesünder ist. Vom Seebad, das ich früher aufsuchen musste, hatte ich gelernt, dass baarfuss gehen sehr erleichternd auf die Kopfnerven wirkt, und schon ehe ich Vegetarianer war, bin ich in Sommerszeit wenn mein Kopfweh zeitweise unerträglich werden wollte, in meinem Garten oft 1/2 Stunde baarfuss gegangen, und habe stets grosse Erleichterung dadurch gefunden. Seit 1866, wo ich das gleiche System auf den Körper überhaupt anwandte, bin ich das Leid vollständig los, und von „Erkältung“ ist nicht die Rede, ich müsste denn ganz ungewöhnlichen Verhältnissen mich muthwillig aussetzen. Will man sagen, der übrige Vegetarianismus sei davon die Ursache? Sehr wohl! Ich meine aber, er besteht eben nicht bloss in normalem Essen und Trinken, sondern auch in normaler Hautpflege und Abhärtung, — zu deren Studium ich eben Rikli empfehle, — aber auch nicht in diesem beiden allein, sondern — in der Gesamtheit des naturgemässen- und vernünftigen Geist- und Körperleben. — Ed. Baltzer.

Warum?

II.

Dr. med. et. chirurg. A. F. Melander in Schweden (vergl. pag. 124 und 125) schreibt in seiner Naturmedizin Stockholm 1868 pag. 60: „Aber ein weit grösseres Kapital von wirklicher und dauerhafter Gesundheit würden diese Völker (näml. Engländer und Schotten*)

*) Er schreibt nämlich davon, wie diese Völker relativ gesund, kräftig und aushaltend sind in Folge einer gesundheitsgemässen Abhärtung bei Stärkung des Hautorgans.

haben, wenn nicht, (doch meistens unter den reicheren Ständen) ungesunde, zu hoch reizende Diät bei reichlichem Gebrauch von animalischer Nahrung (wie starke Fleischspeise, geräucherte Schinken, Fische, Eier, fetter Käse u. s. w.) und dazu alkoholhaltige und reizende Getränke (Porter, Bier, Wein, Whisky, Kaffee, Thee u. s. w.) ebenso kräftig in die Gegenrichtung triebe, nämlich zur Ungesundheit und schnellem Untergange des Organismus. Denn eine solche Diät erzeugt dickes unreines Blut, welches geneigt ist zur Stockung im inneren edleren Organismus und zur Bildung unreiner, scharfer Säfte, und sie überreizt und schwächt das Nervensystem, mit anderen Worten, sie zerstört und vermindert die für das Leben und die Gesundheit höchst wichtige polare Blut- und Electricitätsströmung von innen nach aussen und von aussen nach innen, zwischen den innern und äussern Häuten. Scorbut, Hypochondrie, Leber- und Nierenkrankheit, Herzleiden und Lungenschwindsucht sind darum sehr gewöhnliche Krankheiten unter diesen Nationen. Man soll das hier nicht verschweigen, dass, gerade wie in vielen andern Ländern, auch in England und Schottland eine Reaction zum einfachen Verhältniss, betreffend die Diät, schon eingetreten ist, und dass hier nicht wenige schon sind, welche eingesehen und an sich selbst auch erfahren haben, welche grosse Bedeutung vegetabilische Nahrung (wie Korn, Früchte u. s. w.) auf die Gesundheit hat und darum brauchen diese theils vorzugsweise, theils ausschliessend solche Nahrung mit Milch dazu.“

Mitgetheilt von Lundahl.

Aegypten.

„... Auf meiner ägyptischen Reise, mit der ich in jeder Beziehung sehr zufrieden war, habe ich einige Daten gesammelt, die Sie interessiren werden. Ich fand nämlich, dass die ganze Be-

völkerung von Aegypten und Nubien dieselbe höchst einfache Nahrung geniesst; sie besteht aus Reis (doch nur wenig), aus Korn (von dem ich ein Päckchen beilege) und aus Durra (das ebenfalls mitfolgt); letzteres insbesondere bildet den Hauptnahrungstoff; er wird zerrieben, mit Wasser zu einem Teig angemacht und daraus backen sie ihr fladenähnliches Brod. In manchen Gegenden haben die Leute auch Bohnen. Einige Datteln würzen das einfache Mahl und überdies kauen die Leute auf dem Felde in einem fort Zuckerrohr (ich lege ein Stück bei); als Getränk haben sie nie etwas anderes als das vortreffliche Nielwasser. — So viel ich mich auch umgesehen, fand ich nie andere Nahrungsmittel und als eigentliche Grundkost immer nur das Durra-brod. Fleisch isst der Bauer höchstens einmal im Jahr — das ist am Beiram-feste. Selbstverständlicherweise gelten diese Notizen nur für die Landbewohner, den Fellah; die in den Städten ansässigen Araber weichen übrigens in ihrer Nahrung nicht sehr von den Fellah's ab, — die ganze Bevölkerung ist eben sehr mässig. Dabei muss ich bemerken, dass der Menschenschlag ein schöner ist und dass mir — besonders in Nubien — ganze Dörfer vorkamen, die durchgehends von wahren Athleten bewohnt sind“

So schreibt Herr Baron Prokesch-Osten, der Sohn des österreichischen Internuntius in Constantinopel an Hornr Dr. Nowy, der mir gestattete, dies mitzuthemen. Vergl. No. 1 S. 9. Ich las den Brief unserm neuen Mitgliede, dem vielgereisten Maler Hr. Milberg vor, der mir alles bestätigte und unter Anderm erzählte, wie er 1852 durch seinen arabischen Diener bekehrt sei, der nicht weiter mit ihm reisen gewollt, weil er — Milberg — Fleisch gegessen! Genöthigt, es aufzugeben, habe er gefunden, wie viel besser es ohne das sei. Er hat es seitdem im hohen Norden ebenso heilsam gefunden wie im Süden und bei uns und

ebte seit 1860 nur von Brod, Wasser und Milch; 1 Jahr lang nur von rohen Körnern und Wasser mit gleichem Erfolge. E. B.

Nordhausen, 22. Juni. Nachdem der hiesige „Verein für natürliche Lebensweise“ sich zu einem provisorischen „Deutschen Verein“ zu gleichem Zweck und endlich durch den Vereinstag am 19. Mai (No. 10.) zu einem solchen endgültig umgestaltet hat, gab es keinen Nordhäuser Verein mehr. Die bisherigen Mitglieder haben sich aber nunmehr zu einem neuen Verein mit dem Unterschiede constituirt, dass an diesem Localvereine jeder als Gleichberechtigter Theil nehmen kann, der noch nicht Vegetarianer ist, aber für die Sache Interesse hat. Er hat sich folgendes Statut gegeben.

Statut des Nordhäuser Vereins für naturgemässe Lebensweise.

1) Der Zweck des Vereins ist Förderung der Erkenntniss und Pflege naturgemässer Lebensweise.

2) Mitglied ist jeder Einheimische oder Auswärtige, der, über 14 Jahre alt, dadurch, dass er seinen Namen in die Vereinsliste eintragen lässt, sein Interesse am Vereinszweck kundgibt und dem Gesellschaftsstatut nachkommt.

3) In den Versammlungen des Vereins ordnen sich Alle der vegetariarischen Lebensweise unter, sodass der Genuss namentlich von Tabak, Fleischspeisen, Wein, Bier und anderen Spirituosen im Gesellschaftslocale für Alle untersagt ist.

4) Mitglieder, welche wirklich Vegetarianer sind, werden hierdurch ersucht, sich, wenn es nicht schon geschehen ist, dem „Deutschen Verein für naturgemässe Lebensweise“ anzuschliessen.

5) Ein monatlicher Beitrag von mindestens 1 Sgr. ist erwünscht.

6) Der Verein wählt jährlich zur Zeit des Stiftungsfestes (21. April) einen

Vorstand, welcher die Geschäfte besorgt und Rechnung führt und legt.

Die Shakers.

Die Shakers (Zitterer), wie sie in vulgärer Ausdrucksweise benannt werden, die „vereinigte Gesellschaft der an Christi zweites Erscheinen Gläubigen“, wie sie sich selbst in dogmatischer Hinsicht bezeichnen, sind eine religiöse Secte, die sich bis jetzt nur in den Vereinigten Staaten findet, und deren hervorstechendster Characterzug das practisch durchgeführte Cölibat ist. „Berg Libanon“, das Centrum und die hauptsächlichste Wohnstätte dieser Secte, an der Grenze von New-York und Massachussets gelegen, lohnt einen Besuch, denn nirgends ist die Cultur des Landes so weit vorgeschritten, der Anbau des Bodens mit solcher Sorgfalt, man kann sagen Liebe behandelt, nirgends werden die Früchte des Feldes in solcher Vollendung erzielt. In ganz Amerika giebt man diese Thatsache zu, die innig mit den religiösen Anschauungen der Shaker zusammenhängt. Ihnen zufolge liegt die Erde unter dem Bann der menschlichen Leidenschaften, die wie ein dunkler Fluch auf ihr lasten, sie muss erlöst werden zur Schönheit durch menschliche Liebe. Daher die fast unglaubliche Sorgfalt der Behandlung, welche der Shaker dem Boden widmet. —

... „Berg Libanon“ ist ein Platz, auf dem, trotz emsigen Fleisses der Bewohner, etwas wie ein immerwährender Sonntagsfriede ruht. Die Strassen sind ruhig, es giebt keine Bierhäuser, keine der in amerikanischen Städten so unentbehrlichen Grogläden, man sieht kein Regierungsgebäude, kein Gefängniss, die Häuser haben etwas Kapellenhaftes an sich in ihrer Stille, ihrer fleckenlosen Sauberkeit, ihrer schmucken Einfachheit. Die Fenster glänzen, das Mauerwerk ist wohl erhalten, das Holzwerk sauber angestrichen, nirgends eine Spur von Prunk, nirgends ein Zeichen von Verfall.

Wohlgepflegte Gärten, zahlreiche Büsche und Sträucher würzen die Luft mit aromatischem Hauch. Und dieser friedlichen Wohnstätte entsprechend sind die Bewohner geartet: sanft im Sprechen, ruhig in der Haltung, ein Völkchen, das mit sich, mit der Natur und dem Himmel im Frieden zu sein scheint. Wunderbarer Contrast für den Wanderer, der aus dem gellenden, betäubenden Leben New-Yorks hierher kommt und sich in eine andere Welt versetzt findet, in der ihm nichts wie Ordnung, Enthaltensamkeit, Frugalität, Ehrerbietung begegnet. — Es giebt keine Polizei, keine Soldaten, keine Richter und obwohl die Mitglieder dieser Gesellschaft auf allen individuellen Besitz von Anfang an verzichten, gehört die Berufung an die Gerichte zu den unbekanntesten Dingen. Wem diese Schilderung vielleicht ein ungläubiges Kopfschütteln verursacht, der hat noch verstärkte Veranlassung dazu, wenn ihm mitgetheilt wird, dass auch die Krankheitsgeißel unbekannt ist in dieser Friedensstätte. In 36 Jahren soll nur eine einzige Erkrankung in „Berg Libanon“ vorgekommen sein, — ein Umstand, der übrigens vielleicht weniger wunderbar erscheint, wenn man die Lebensweise einerseits und andererseits die besondere Eigenthümlichkeit in Erwägung zieht, dass die grösste Sorgfalt auf Herstellung einer vortrefflichen Ventilation in den Wohnungen verwendet wird. Gute Luft ist die Medizin der Shaker. „Berg Libanon“ ist nur eine von 18 Niederlassungen, die sich zerstreut in den Vereinigten Staaten finden. Der Census von 1860 gab die Anzahl der Shaker auf über 6000 an. Ueber die Lebensweise der Shaker schliesslich noch einige Bemerkungen. Sie leben in Familien-Häusern, jede Familie hat ihr eigenes männliches und weibliches Oberhaupt. Die Wohnungen sind wie bereits angeführt vortrefflich ventilirt und von einer fast peinlichen Sauberkeit, alle Zimmer sind gleichmässig, einfach aber nicht dürftig möblirt. Männer und

Frauen wohnen in getrennten Räumen, die Frauen wohnen gewöhnlich paarweise in ihren Zimmern. Zu den Mahlzeiten — um 6 Uhr Morgens, um 12 Uhr Mittags und um 6 Uhr Abends — vereinigen sich die Familienmitglieder in einem Saale. Das Essen ist gut und mannigfaltig, aber das Fleisch fehlt in der Regel, als Getränk dient Wasser, Milch und Thee. Während des Essens wird nicht gesprochen.

(Mag. für Litt. d. Auslandes.)

An A. M. in Berlin.

„Die Darwin'sche Theorie und ihre Stellung zur Moral und Religion von N. G. Jäger,“ Stuttgart, J. Hoffmann (K. Thienemann's Verlag), S. 23 u. 24 sagt; „Wenn das Zurückbleiben eines Organs im Wachsthum sich stetig von Generation zu Generation wiederholt, so wird es schliesslich in der hundertsten Generation nur noch ein Rudiment von dem sein, was es ursprünglich war. Solche rudimentäre (verkümmerte) Organe haben Sie nun, man kann wohl sagen, bei jeder Thier- und Pflanzenart. Es giebt kaum ein Organ, welches sich nicht bei irgend einem Wesen in einem verkümmerten Zustand vorfindet. So haben wir z. B. am Darmkanal des Menschen den sogenannten Wurmfortsatz, ein Anhängsel, das für uns lediglich bedeutungslos ist. Das ist nichts Anderes, als ein verkümmertes Blinddarm, wie er bei pflanzenfressenden Thieren in sehr grosser Entwicklung und in allen Functionen getroffen wird etc.“

Diese Stelle hat Ihnen, liebster Freund, Zweifel erregt, ob unser System das richtige sei? Ich finde nur eine Bestätigung darin.

Die Physiologie kennt keine functionelle Bedeutung des sogenannten Wurmfortsatzes, und sie mag Recht haben, ihn für ein Rudiment des Blinddarms der Pflanzenfresser zu erklären. Also? Nun also ist das einer der wesentlichen Unterschiede zwischen uns und den Gras-

fressern. Niemand aber erklärt den Menschen noch für einen Grasfresser. Suchen Sie nun ebenso die anatomischen und physiologischen Unterschiede zwischen uns und Fleischfressern auf, wie die Wissenschaft sie darlegt — und sie behalten uns als prädestinirte Frugivoren übrig, was wir ja eben als das Richtige behaupten.

Wollen Sie aber mit dem Citat aus Jäger sagen, der Mensch könnte doch am Ende aus einem herbivoren Organismus entstanden, in denselben rückbildbar, oder in einem carnivoren fortbildbar sein? Nun, das sei weder behauptet noch verneint, aber Sie geben dann mit Ihrer Autorität zu, dass dazu ungeheure Zeiträume gehören würden, dass also der Mensch, wie er in historischer Zeit artet, an seine gegenwärtige Natur als massgebend gewiesen ist.

Wenn Sie aber noch weiter gehen und annehmen, wir hätten es in unserer Hand, unseren Organismus durch Diät entweder zum Fleischesser oder zum Fruchtesser erst noch umzubilden — wenn auch erst in der 100. oder 1000. Generation — ei nun, dann lobe ich mir eben ein künftiges Geschlecht, das statt von Thier-Leichen sich von den Früchten der Erde nährt, statt dem Tiger und der Hyäne den sanfteren Thieren ähnlich ist, die von unblutiger Speise leben. Für die wirkliche jetzige Welt aber bleibt es normal, nach der Naturanzeige unseres gegenwärtigen Organismus uns zu richten, und welche Folgen das für physisches und sittliches, für individuelles und sociales Heil hat, das haben wir anderwärts ausführlich dargelegt. E. B.

Weizenschrotbrod.

Es ist gewünscht worden, in d. Bl. bekannt zu geben, wo Reisende Weizenschrotbrod finden; z. B. ist es zu finden oder zu erfragen in Basel beim Bäcker Carl Bauer, Steinen-Vorstadt; Baden im Aargau beim Bäcker Friedr. Schäfer;

Zürich, beim Bäcker B. Fehr in der Thalgaße (Hattingen); St. Gallen, beim Bäcker Welti in der Speiser-Vorstadt; Winterthur, zu erfragen bei dem Vegetarianer E. Jäckli, Wirth; Bern, beim Bäcker Bürki in der Stein-Gasse; Lausanne, beim Bäcker Gisclon, Rue St. Francois 9; Vernon Montreux, beim Bäcker Kauert, Rue Ronazven: Murthen im Freiburgischen, zu erfragen bei dem Vegetarianer Eugèn Cornaz Sohn; Waldshut (Baden) zu erfragen bei Dr. Faller; Singen, zu erfragen bei H. Trötschler; Ludwigsburg, beim Bäcker C. Siegler, Bietigheimer-Str. 208; Speyer, beim Bäckermeister Hofmann; Guebwiller, Dep. du Haut Rhin, Sitterlin à la Cité ouvrière.

Um Fortsetzung wird gebeten.

Brunnenverderbniss.

Auf dem Marktplatz von Liegnitz befindet sich ein Brunnen, die „Heringspumpe“ genannt, welcher bisher der Stadt das beste Trinkwasser lieferte. In diesem Brunnen stehen zwei Pumpen-Röhren, welche aber merkwürdiger Weise verschiedene Wasser liefern. Schreiber dieses, ein geborener Liegnitzer, bekam davon Nachricht und zwei Fläschchen Wasser, aus den verschiedenen Röhren aufgefangen, zur Analyse zugesickt; die Untersuchung ergab, dass zwar die mineralischen Bestandtheile der beiden Wasser im Ganzen gleich waren, dass aber das Wasser aus dem einen Rohre einen höchst auffallenden Gehalt von salpetersauren und salpetrigsauren Salzen, sowie von organischer Substanz zeigte, während das Wasser des anderen Rohres Wenig oder Nichts davon enthielt. Diese letztgenannten Salze sind im Brunnenwasser ein höchst verdächtiges Zeichen und lassen schliessen, dass eine Verbindung des Brunnens mit Kloaken, Mistgruben, Kirchhöfen etc., überhaupt mit Stellen, an denen organische Substanzen verwesend, stattfindet. Dieses scheint auch hier der Fall zu sein und

es ist nicht unwahrscheinlich, dass eine vor mehreren Jahren im Theater- und Rathhaushofe eingerichtete tiefe Abtrittsgrube, welche die festen und flüssigen Abgänge, besonders von vielen Biertrinkern aufnimmt, damit in Verbindung steht, denn diese Grube ist höchstens 50 Fuss von dem Brunnen entfernt. Dass das eine Rohr des Brunnens hauptsächlich diese verdächtigen Verunreinigungen mit dem Wasser zu Tage fördert, scheint darauf hinzudeuten, dass von dieser Seite aus die Verbindung des Brunnens mit der Grube Statt findet. Abgesehen davon, dass es höchst ekel-erregend ist, solches Wasser zu trinken, liegt klar auf der Hand, dass es auch für die Dauer sehr ungesund und zur Zeit herrschender Epidemien sogar gefährlich sein muss. Man sieht hieraus wieder einmal, wie wichtig es für den Gesundheitszustand der städtischen Bevölkerung ist, dass auch die Brunnen von der Sanitätsbehörde gehörig beaufsichtigt werden und dass man nicht in der Nähe Anlagen duldet, welche durch mögliche Trinkwasservergiftung den Gesundheitszustand der Bevölkerung untergraben können. Man sehe übrigens den Artikel über „Wasser“ in No. 9 dieses Blattes. L. Belitski.

Eröffnung einer vegetarischen Heilanstalt.

Sehr gern erfülle ich den Wunsch unseres vegetarischen Genossen, des Arztes Hrn. J. M. Kuhn in Seon (Schweiz) hiermit anzuzeigen, dass derselbe mit Juli d. J. eine diätetische Heilanstalt nach vegetarischen Grundsätzen eröffnet hat. Dieselbe ist auf einer mässigen Anhöhe des Aargauer Seethales freundlich gelegen und nur für eine kleine Anzahl Kurgäste eingerichtet. Post und Telegraphie im Ort; Eisenbahn-Station Wildegg. Wir haben Herrn Kuhn aus seinen „Volksblättern für natürliche Lebens- und Heilweise“ kennen und schätzen gelernt und wünschen seiner Anstalt das beste Gedeihen. E. B.

Dr. Stahlschmidt in seiner „Gährungschemie“, Berlin 1868, theilt mit, dass 1866 in Europa pro Kopf 27 Liter Bier consumirt wurden. 270 Millionen Einw. und 7290 Mill. Liter = 235 1/2 Mill. Kubikfuss! — Der durchschnittliche jährliche Consum war: (Ein Liter c. = 2 Kannen.)

	pro Kopf	134 Liter
Baiern	104	„
Gross-Britannien	80	„
Belgien	68	„
Braunschweig	60	„
Thüringen	39	„
Sachsen	29	„
Holland	31	„
Baden	22	„
Oesterreich	20	„
Schweiz	19,6	„
Preussen	15	„
Frankreich	11,5	„
Schweden	2	„
Spanien	1,3	„
Russland	1,1	„
Italien	0,8	„
Portugal	427	„
München	188	„
London	131	„
Wien	43	„
Fraukfurt a./M.	28	„
Berlin	22	„
Paris		„

Berlin (700,000 Ew.) 19,600000 Liter oder 632,260 Kubikfuss.

Literarisches.

Th. Hahn's Naturarzt No. 13—15 enthält: Behandlung eines Rothlaufs. Kankengeschichte. Heilung von Brandwunden durch Wasser. Sendschreiben an Dr. Hoffert und alle Zwangsimpfer. Die Physiatrik. Meine Heilungen von Hämorrhoiden und chronischem Magenkatarrh. Die Magenentzündung. Literatur. Mittheilungen. Anzeigen.

Der Bericht über den ersten Vereinstag des „Deutschen Vereins für naturgemässe Lebensweise“ (No. 10 d. Bl.) wird besonders empfohlen und à 2 Sgr. verabfolgt.

Deutscher Verein für naturgemässe Lebensweise,

Mitgliedschaft. Zur leichteren Kenntnissnahme und Verbreitung legen wir dieser Nr. einen Abdruck des Statuts bei. Da dasselbe neu ist, könnte es möglicherweise dem Einen oder Andern Anlass gewesen sein, dem Verein nicht ferner angehören zu wollen. Wir ersuchen diesfalls um Erklärung bis zum 1. August, indem wir dann ein alphabetisches Verzeichniss der Mitglieder zu drucken (auch später von Zeit zu Zeit zu ergänzen) beabsichtigen. Um etwaige Berichtigungen wird gebeten.

Dem Verein beigetreten sind ferner: Herr Oekonom Kunkel, Berlin, Krausenstr. 21; Hr. Sattler Hermann daselbst, Friedr.-Str. 9; Al. Ullrichs, Handlungsdiener ebendas., Kleine Präsident-Str. 7; Hr. Dagobert Frey, Wien, Min. Platz 7; Hr. Pastor Steinacker, Buttstedt, (Weimar); Hr. Herm. Milberg, Partik. Hamburg, Wandsb. Chaussee 9; Kurz, Geh. Medicinalrath, Dessau; Hr. Herm. Oppenheim, Frankfurt a/M.; Gottfried Fischer, Waid bei St. Gallen; J. J. Breuer, Mühlheim a/R.; Ladislaus v. Josa; Kerzthely, Ungarn; Gottfr. Schuster, Kfm. in St. Gallen; J. O. Steiner, Kfm. in Deutz bei Cöln.

Ausgeschieden sind Hr. Philidus in Mainz und Hr. Hartung in Mühlhausen.

Die Beschlüsse des Vereinstages unter No. 8 und 9 des Berichtes (siehe Seite 155 d. Bl.) sind ausgeführt.

Quittung. Zur Vereinskasse gingen ein von P. in A. 1 Thlr., M. in N. 1 Thlr., E. B. in N. 1 Thlr., G. in M. (ein Ueberschuss) 10 Sgr., N. in E. 1 Thlr., K. in D. 1 Thlr. 10 Sgr., Dr. K. in H. 2 Thlr., M. in P. 2 Thlr., L. in B. 2 Thlr. 10 Sgr., Br. in M. 1 Thlr., F. in Waid 1 Thlr., Mrm. in Pr. 3 Thlr., F. in F. a/O. 1 Thlr., G. K. u. E. W. in O. 3 Thlr., Th. H. in W. 1 Thlr., G. Z. in W. 4 Thlr. 20 Sgr., R. in E. 1 Thlr., A. R. (durch S. K. M. in Wien 2 Thlr., davon Ueberschuss zur Vereinskasse) 20 Sgr., W. V. in H. 1 Thlr., Mb. in St. 1 Thlr., Rdl. in Magd. 1 Thlr., G. S. in St. G. 1 Thlr. 5 Sgr. Diese kurzen Angaben genügen wohl. Die Liste selbst wird mit der Rechnungslage dem nächsten Vereinstage vorliegen. **Der Vorstand.**

Vereinsblatt.

Mit dieser Nr. beginnt ein neues Abonnement auf 10 Nrn. (Nr. 11 bis 20 einschliesslich) dieses Blattes, das zugleich Organ des „deutschen Vereins für naturgemässe Lebensweise“ ist. Der Preis für den 2. Jahrgang (Nr. 11—20) ist auf 20 Sgr. herabgesetzt. Man bezieht es durch jede Buchhandlung von Ferd. Förstemann, Nordhausen, oder durch frankirte Einsendung von 20 Sgr. an den Herausgeber, Eduard Baltzer in Nordhausen, der dann jede Nr. sofort, und innerhalb des norddeutschen Postbezirks ohne Preiserhöhung franco zusenden wird. Bitte um deutlich geschriebene Adressen!! Der erste Jahrgang kann, soweit der Vorrath reicht, zu 1 Thlr., einzelne Nrn. zu 3 Sgr. bezogen werden. Zur Besorgung vegetarianischer Schriften bin ich, so weit thunlich, gern bereit. Alle Freunde der Sache ersuche ich um freundliche Unterstützung durch Mittheilungen und Verbreitung des Blattes.

Eduard Baltzer.

Briefkasten. H. S. in N.: „Vor Menschen sei ein Mann, vor Gott ein Kind! R. mit 2 Tafeln Abbildungen. — Alb. Rotte, Cöln: die Nrn. sind zurückgekommen, da Sie mir Ihre veränderte Wohnung nicht angaben. — L. W. in B. Bitte erst um Nachricht über weiteren Erfolg. — Th. N. auf See und Fräulein B. V.: „Gfück auf!“

Selbstverlag des Herausgebers **Eduard Baltzer** in Nordhausen.
In Commission bei **Ferd. Förstemann** daselbst.

Druck von Th. Müller in Nordhausen.

Vereins-Blatt

für Freunde

der natürlichen Lebensweise

(Vegetarianer).

N^o 12.

Nordhausen, den 12. August

1869.

Nichts über Kinder! Auf der ganzen Erde
Ist ihnen nichts auch nur von fern vergleichbar.
Ein Kind ist göttlicher Natur! L. Schefer L. Br. 114 u. 115.

Ein gutes Werk.

Ein Mitglied unseres Vereins, das vorläufig nicht genannt sein will, hat an einem für ihn erinnerungsreichen Tage Fünfhundert Thaler zur Begründung eines vegetarianischen Waisen-Erziehungs-Hauses in der Art gewidmet, dass, so lange das Kapital nicht zur Einrichtung selbst gebraucht wird, er es mit 5% verzinset und diese Zinsen halbjährlich an die Vereinskasse ein-zahlt. Er geht von dem Gedanken aus, dass die Erziehung in der Anstalt eine confessionslose sei, dass sie womöglich in Nordhausen begründet werde und dass, so lange er selbst am Leben ist, sie unter seiner Zustimmung vom Vorstande des deutschen Vereins für naturgemässe Lebensweise ins Werk gesetzt und unter Festhaltung strenger vegetarianischer Lebensregeln geleitet werde. Er setzt ferner voraus, dass sein Beispiel Nach-folge finden werde, und dass Alle, welche eine grössere Summe für gleichen Zweck darbringen, bei Feststellung des Statuts ebenso zu Rathe gezogen werden, wie die Ausführung dem Gutachten des Vereinstags zu unterbreiten sein werde.

Der Vorstand hat dem wohlwollen-den Stifter vor Allem im Namen des Vereins für dies edle Werk ge-dankt, das der Grundstein einer hoffent-lich zukunftsreichen Stiftung werden wird

und hat demselben zugesichert, so viel an ihm ist, dahin zu wirken, dass das Werk seinen Absichten gemäss gegründet und geleitet werde. Er sieht seinerseits darin eine schöne Frucht unseres bis-herigen Strebens, eine wohlthätige und seiner Zeit gewiss sehr lehrreiche Stif-tung für Waisen, die als Vegetarianer-Kinder zur Zeit solcher Hülfe doppelt bedürfen und freuet sich, dass die Stif-tung von Hause aus das Gepräge jenes religiösen Geistes trägt, in welchen das Gezänk um Dogmen seinen Unfrieden nicht hineinbringen darf.

Der Vorstand wird sich freuen, wenn Pietät und Humanität in vegetarianischen Seelen mehr solche Früchte zeitigt und gedenkt dem nächsten Vereinstage nähere Vorlage über diese Angelegenheit zu machen.

Nordhausen, Juli 1869.

Der Vorstand des deutschen Vereins
für naturgemässe Lebensweise:

Baltzer, Vors. Belitski, Kass.
Rosenthal, Schff.

Statistik.

I.

Auf dem ersten Vereinstage am 19. Mai d. J. zu Nordhausen wurde der Wunsch geäussert, dass von Seiten des Vereins eine vegetarianische Statistik erstrebt werden möge, und ging die

Ansicht der Versammlung dahin, dass es dazu jetzt noch zu früh sei. Diese Ansicht ist unzweifelhaft richtig und ehe wir die Erfolge des Vegetarianismus an den Vereins-Mitgliedern mit gewichtigen Zahlen vorlegen können, muss erst noch manches Jahr verstrichen sein. Ueber den Bestand des Vereins würden indessen einige statistische Erhebungen schon von Interesse sein, sobald sich die Mitgliederzahl an einem bestimmten Termine (1. Jan. oder 1. Juli) genau übersehen lässt.

Wenn das erst erreicht ist, so lässt sich ohne grosse Mühe mittheilen 1) Anzahl der Männer, Frauen und Kinder im Vereine — 2) Gruppierung nach Stand und Gewerbe — und durch einen zu versendenden Fragebogen liesse sich ferner leicht feststellen 3) das Lebensalter und vielleicht 4) Motiv oder Veranlassung des Beitritts, so wie auch 5) ob bereits wahrnehmbaren günstigen Einfluss erfahren oder nicht. Den Mitgliedern würde die Erhebung dieser Zahlen interessant sein, auch als Agitation-Material wären sie brauchbar und in späteren Jahren zu Vergleichen dienlich. Doch soll das Vorstehende nur ein Vorschlag sein, über den beistimmende oder widersprechende Stimmen sich äussern werden.

Die Vegetarianische Gesellschaft in England veröffentlicht im October 1866 eine Statistik aus welcher folgende Zahlen mitgetheilt werden mögen:

A. Mitglieder waren 543 Männer
158 Frauen

in Summa 701 Person.		
davon waren	Rentiers	15
	Gelehrte	79
	Angestellte	53
	Kaufleute	164
	Oeconomen	7
	Handwerker u. Arbeiter	174
	Diverse	21
	Stand unbekannt	38
	incl. Frauen	188
		<u>701</u>

B. Die Länge der vegetarianischen Erfahrung betrug:

a) exclusive der lebenslänglichen Vegetarianer
bei 504 Männern zusammen 7534 Jahre
(also durchschnittlich des Einzelnen 14 Jahr 11 Mon.)
bei 124 Frauen zusamm. 2062 J. 11 Mon.
(also durchschnittlich der Einzelnen 16 Jahr 7 Mon.)
Zusammen 9596 Jahr 11 Mon.
(Zusamm. durchschnittl. 15 Jahr 3 Mon.)
dazu 38 lebenslängliche und 35 ohne Bericht
701

b) inclusive der Lebenslänglichen
516 Männer, zusammen 7774 Jahr
durchschnittlich 15 Jahr
150 Frauen, zusammen 2582 „ 11 Mon.
durchschnittlich 17 „ 2 „
35 ohne Bericht
701 Summa 10,356 Jahr 11 Mon.
Durchschnittl. 15 „ 6 „

C. Von Einzelheiten ist Folgendes bemerkenswerth:

a) Lebenslängliche Vegetarianer sind 12 Männer und 26 Frauen, also in Summa 38 Personen.

b) Unter den Mitgliedern sind 10 Aerzte, mit einer vegetarianischen Erfahrung von 60, 38, 17, 16 Jahren und so herunter, dass im Durchschnitt auf jeden 19 Jahr 10 Monate kommen.

c) In der ganzen Gesellschaft war die Dauer der vegetarianischen Erfahrung folgende:

25 Personen unter 5 Jahr Erfahrung	63 „ von 5—10 Jahren
242 „ „ 10—15 „	229 „ „ 15—20 „
40 „ „ 20—30 „	12 „ „ 30—40 „
7 „ „ 40—50 „	10 „ über 50 Jahre
38 „ lebenslänglich Vegetarianer	35 ohne Bericht
701	701

d) Es wohnten in England 622 Mitgl.
Wales 6 „
Schottland 66 „
Irland 7 „
Summa 701 Mitgl.

Anderweite Data, Gruppierungen der Zahlen und daran geknüpfte Betrachtungen finden sich in der Original-Mittheilung im Dietetic Reformer, Vol. II. Nr. 24 (vom Ocktober 1866).

A. v. S.

II.

Zu Nr. 7 der Vereinstagsverhandlungen (siehe Nr. 10, S. 154 d. Bl.) wurde von Stuttgart aus beantragt durch einen Fragebogen etwa Folgendes beantworten zu lassen: (Name, Alter, Beruf, Wohnort?)

1. Wie alt sind Sie?
2. Seit wann leben Sie nach vegetarianischen Grundsätzen?
3. Haben Sie vor dem Uebergange täglich und wie oft im Tage Fleischnahrung genossen?
4. Aus welchen Gründen sind Sie zur reinen Pflanzennahrung übergegangen?
5. Aus was besteht jetzt Ihre Kost hauptsächlich? insbesondere: essen Sie kalt oder warm und wie oft etwa täglich?
6. Blieb Ihr Gesundheitszustand gleich, verbesserte oder verschlimmerte er sich?
7. Nahm Ihre körperliche und geistige Kraft und Frische ab oder zu?
8. Welchen Einfluss übte die geänderte Diät auf Ihr Temperament?
9. Haben Sie eine merkliche Ab- oder Zunahme des Körpergewichts und Körperumpfanges wahrgenommen?
10. Haben Sie seit der Aenderung der Lebensweise Krankheiten und wie haben Sie dieselben gegenüber früheren überstanden?
11. Sind Sie überhaupt Krankheiten weniger oder mehr ausgesetzt als früher?
12. Welche besonderen Wirkungen haben Sie ausserdem wahrgenommen?

N. B. Möglichst vollständige und genaue Beantwortung ist natürlich erwünscht, etwaige Nichtbeantwortung eines oder des andern Punktes möge aber keineswegs vom Uebrigen abhalten, da dies nicht unbedingt nothwendig. Todesfälle von Vereinsmitgliedern mögen dem Vorstande des Lokalvereins mit möglichst genauer Angabe der muthmasslichen Ursachen und begleitenden Umstände, sowie des Alters und Berufs des Verstorbenen angegeben werden.

Der Stuttgarter Lokalverein.

III.

Die Verhandlung des Vereinstages über diesen Punkt, war bei der Menge der zu verhandelnden Gegenstände keine erschöpfende sondern eine allgemeine, die Gesichtspunkte fixirende. Es wurde daher dem Antrage auch nur „für jetzt“ keine Folge gegeben, dies schliesst nicht aus, dass es künftig geschehe. Einigen Nutzen aber kann der Versuch schon demnächst haben, wenn er auf verständige Weise gemacht wird. Wir theilen deshalb obiges Material mit, zu dem nächsten Zweck, einen richtigen Frageplan zu construiren. Wir bitten darauf bezügliche Vorschläge uns einzusenden und erbiten uns daraus für den nächsten Vereinstag eine Vorlage zu formiren, die vielleicht dem Zweck entspricht.

Die Redaction.

Aus der Thalysie*).

Aus der Einleitung (S. III.). Der Zustand des menschlichen Geschlechts ist ungeachtet einiger anscheinenden Verbesserungen in Wirklichkeit so besorgniserregend, dass er verzweifelt

* Zur Characteristik des in voriger No. geschilderten Gleizès geben wir einige Proben aus seinem Hauptwerk „Thalysie“, und zwar ohne ihren Eindruck durch beurtheilende Bemerkungen zu stören. Die Thalysie erschien zuerst im Jahre 1840, Paris, L. Delessart Rue de beaux-arts, 15. Die Red.

erscheinen könnte, wenn es gewiss wäre, dass die Menschen bereits im Besitz aller Wissenschaft wären. Aber glücklicherweise giebt es eine, die wesentlichste von allen, welche man gar nicht kennt, obschon die andern ohne sie nichts sind. Diese Wissenschaft oder vielmehr diese Weisheit — denn man weiss, dass bei den Alten diese beiden Dinge mit demselben Worte bezeichnet wurden — ist es, von der ich reden will.

Ich stelle mir die Aufgabe zu beweisen:

1. Dass der Mensch kein Raubthier ist; dass er im Gegentheil, seiner Natur zufolge, das sanfteste aller Geschöpfe ist, so wie er der höchste und edelste Ausdruck eines grossen, guten und gerechten Gottes sein müsste.

2. Dass der Thiermord die Hauptquelle seiner Irrthümer und Verbrechen ist, sowie die Gewohnheit, sich von ihrem Fleisch zu nähren die nächste Ursache seiner Hässlichkeit, seiner Krankheiten und seiner kurzen Lebensdauer ist.

3. Dass dieser Zustand der Verirrung im directen Gegensatz zu seiner jenseitigen Bestimmung steht, welcher er hinderlich ist (ich spreche von seiner Unsterblichkeit in dem gewöhnlich diesem Worte beigelegten Sinne, mit andern Worten von dem überirdischen Leben), während dagegen die vegetarische Lebensweise in ihm die Schönheit, Intelligenz, Tugend und die unsterbliche Frucht, die davon das letzte Resultat ist, entwickelt.

So ist körperlich und geistig diese Neugestaltung des Menschen, welche alle Welt herbeiwünscht; man wird nicht verkennen können, dass dieselbe, um vollständig und dauerhaft zu sein, nothwendigerweise bei den Sinnen, dieser Grundlage der Intelligenz, beginnen muss.

Uebrigens beschränkt sich dies Werk nicht auf die einfache Formel der Achtung, die man dem Leben der Thiere schuldig ist, es geht weiter; diejenigen,

welche die Mühe nicht scheuen werden, es mit Aufmerksamkeit zu lesen, werden darin einige der Menschheits-Räthsel gelöst finden.

Nur noch einige Worte will ich hinzufügen: Die von mir aufgestellten Grundsätze sind absolut, sie lassen sich nicht beugen; aber es giebt Stufen auf dem Wege, der zu der Höhe derselben führt, und würde nur ein einziger Schritt auf diesem Wege gemacht, so würde auch dieser einzige Schritt nicht als ein gleichgültiges Ding betrachtet werden können. Also kann dies Werk auch denen, die daraus keine volle Ueberzeugung schöpfen, doch insofern nützlich werden, als es sie zu grösserer Mässigung führt und ich gestehe, dass sich meine Hoffnungen für den Augenblick nicht über dies letztere Ziel hinaus erstrecken; mögen meine Zeitgenossen nur so viel Achtung und Wohlwollen vor dem Buche haben, dass sie es nicht aufhalten, sondern ihm seinen Lauf lassen hin zu einer Generation, die, ich will nicht sagen würdiger, aber besser vorbereitet als die gegenwärtige ist, um es aufzunehmen. —

(Seite 12.) Betrachten wir vor Allem, welches die unterscheidende Eigenschaft des Menschen ist, die ihn über alle Wesen erhebt. Es ist offenbar, dass es das Mitgefühl ist, die Quelle jener Intelligenz, welche ihn an die Spitze der sittlichen Weltordnung gestellt hat, der ewig unveränderlichen inmitten der Erschütterungen der Natur. Aber hat er dieses Mitgefühl in seiner ursprünglichen Reinheit bewahrt? hat er keines der Wesen, die mit ihm auf dieser Erde leben, davon ausgeschlossen? . . .

Als Columbus auf dem Ocean der Gefahr des Hungertodes ausgesetzt ist, schenkt er einem Vogel, der sich auf sein Schiff niedergelassen hat, das Leben: diese Sinnesweise des Columbus in so bedenklicher Lage, möchte ich der Welt zum Vorbild setzen für ihr alltägliches Verhalten. Sind wir nicht alle Schiffer auf dem unbeständigen und

sturmvollem Meere des Lebens? Mögen wir auch für gewöhnlich bei dieser Schifffahrt ruhiges Wetter haben, der schreckliche Tag des Schiffbruchs wird doch kommen, Niemand kann ihm entgehen. . . .

Die Menschen werden nicht müde, sich gegenseitig der Ungerechtigkeit, Gewaltthätigkeit, Grausamkeit und Treulosigkeit anzuklagen; aber nicht klagen sie sich darüber an, dass sie die Thiere morden und mit deren Gliedern sich mästen, und doch ist gerade dies die einzige Ursache jener Ungerechtigkeit, Gewaltthätigkeit, Grausamkeit und Treulosigkeit. Trägt doch die Mehrzahl der Europäer, welche ihr Geschick in die Länder der Menschenfresser führt, nach einigen Monaten Aufenthaltes bei den Wilden, kein Bedenken, sich an ihre Tafel zu setzen und ihr entsetzliches Festmahl zu theilen, vor dem sie anfänglich so zurückgeschreckt waren. Sie beginnen damit, vom Hunde zu essen; vom Hunde zum Menschen ist der Uebergang bald gemacht.

Die Menschen glauben gerecht zu sein, wenn sie in Betreff ihres Gleichen die ihnen vorgeschriebenen Pflichten erfüllen; aber die Güte allein ist die Gerechtigkeit des Menschen und es ist unmöglich gut gegen seines Gleichen zu sein, wenn man es nicht auch gegen die Thiere ist. Man lasse sich nicht durch den Schein täuschen. Auch Seneca, welcher nur von seinen Gartengewächsen lebte, denen er jene letzten Lichtstrahlen der Philosophie verdankte, die sozusagen den Zerfall des römischen Kaiserreichs erhellten, auch Seneca meint, dass das Verbrechen nicht localisirt werden könne: nullum intra se manet vitium (kein Laster bleibt in seinen eigenen Grenzen). Und wenn, wie Ovid bestätigt, das Schwert erst unter den Menschen gewüthet hat, nachdem es vom Blute der Thiere geröthet war, welches Interesse hat man da nicht sich vor diesem Schritte zu hüten?

Ich weiss wohl, dass man zu der

Ausflucht greifen wird, in Verleumdung der Vorsehung, das Verbrechen mit der Nothwendigkeit zu entschuldigen. Nach der Meinung der grossen Mehrzahl würden die Thiere dem Menschen die Herrschaft über die Erde entreissen, wenn man sie nicht tödtete. Leicht kann man auf diesen Einwurf mit dem Beispiel derjenigen Völker antworten, welche zurückschreckend vor dem Blutvergiessen und ohne irgend einem Geschöpf, selbst dem feilsten und hässlichsten, das Leben zu rauben, doch in keiner Weise in der Ausübung ihrer Herrschaft beeinträchtigt werden, und es würde sich schon aus dem Beispiel dieser Völker, wenn man nicht sonst noch andere Beweise hätte, ergeben, dass es absolut vom Menschen abhängt, die Vermehrung der Arten, welche mehr oder minder in seiner Abhängigkeit sind, zu befördern oder zu beschränken; nicht minder klar ist es, dass die Erde, unter dieser letzteren Voraussetzung, eine unendlich grössere Zahl von Individuen des menschlichen Geschlechts, ernähren könnte. Auch wird das Pflanzenregime nothwendigerweise eines Tages auf der ganzen Erde angenommen werden, wenn die Vermehrung des Menschengeschlechts eine gewisse Zahl erreicht haben wird, fixirt und vorgeschrieben durch jenes gebieterische und unwiderruffliche Gesetz, welches zumeist von Humanität, Gerechtigkeit und Tugend bedingt ist. Langsam wird man bis zu jener Zahl vorschreiten, gehemmt durch eben die Ursachen, welche ich zu beseitigen mich bestrebe und welche um dieses einzigen Grundes willen gegen sich alle edlen Wesen bewaffnen müssten, welche die Wohlthat des Lebens zu würdigen wissen.

Offenbar wird die ganze Erde nur deswegen nicht unmittelbar von der Hand des Menschen bearbeitet, weil es an Armen dazu fehlt, aber der Tag wird kommen und man würde ihn nahezu bestimmen können, wo mehr als genug Arme vorhanden und die Zahl der Thiere

sehr eingeschränkt sein wird; alsdann wird das vegetarische System sich schon durch den Druck der Noth von selbst einführen.

Es existirt eine so grosse Analogie, eine so vollkommene Aehnlichkeit zwischen dem Leben des Menschen und dem der ihn umgebenden Thiere, dass ein einfacher Blick auf sich selbst genügen müsste, um ihn zu veranlassen, das letztere zu achten und wenn er durch die Natur verurtheilt wäre, es zu vernichten, so könnte er mit Recht eine Ordnung der Dinge verwünschen, welche auf der einen Seite in sein Herz die Quelle so süsser Gefühle gelegt und auf der andern Seite ihm so grausame Verpflichtungen auferlegt hätte.

Es giebt im Oriente einen Strauch, welcher durch eine maschinenmässige Bewegung seine Zweige dem Reisenden zuneigt, so dass er ihn einzuladen scheint, sich in seinen Schatten zu setzen. Dieses bloss erträumte Bild der Gastfreundschaft lässt ihn dort als heilig betrachten und man würde den mit dem Tode bestrafen, der es wagen würde, mit einem Beile an seinen Stamm zu kommen. Sollten uns die Thiere weniger heilig sein, weil sie, nicht durch maschinenförmige Bewegungen, sondern in einer der unseren ähnlichen Thätigkeit die unserem Herzen theuersten Gefühle ausdrücken? Ach! Missachten wir sie nicht, nicht allein weil sie uns helfen die Last des Irdischen zu tragen, welche uns ohne sie erdrücken könnte, sondern weil sie auch dasselbe Recht wie wir an das Leben haben.

Ein Grund, der unwiderlegbar ist, unwiderlegbar wenigstens für edle Gemüther, ist das Vertrauen der Thiere zum Menschen: die Natur hat sie nicht gelehrt, ihm zu misstrauen; er ist der einzige Feind, den sie ihnen nicht signalisirt hat. Ist das nicht ein offener Beweis, dass er nicht bestimmt ist, ein Feind derselben zu sein? Denn man kann nicht glauben, dass die Natur, welche so durchaus gerecht ist, die

Thiere zu Gunsten des Menschen allein habe betrügen wollen. Man hat beobachtet, dass die Vögel der friedlichen Arten gewisse Schreie ausstossen, wenn sie den Fuchs, den Marder, den Iltis bemerken, obschon sie ihn nicht zu fürchten haben, jedenfalls wegen der Analogie mit den Raubvögeln, welche sie darin erblicken; es ist mehr der Schrei des Hasses als der Furcht, während sie den letzteren ausstossen beim Anblick des Adlers, der Weihe, des Geiers. So ist es gewiss, dass auf allen Inseln, wo die Menschen zum ersten Mal landeten, die sie bewohnenden Thiere nicht vor ihnen flohen, sie konnten sie mit den Händen greifen, die Vögel nicht ausgeschlossen*). Die Condamine erzählt in ihrer Aequator-Reise, dass die Wilden an den Ufern des Amazonenstromes, welche die Affen bekriegen, um sie zu verzehren, beim Entdecken eines neuen Landstrichs erkennen, ob andere Menschen dort vor ihnen gewesen sind, je nachdem die Affen sie herankommen lassen oder die Flucht ergreifen. Aehnliche Beobachtungen hat man am Pole gemacht; die dortigen Vögel verwenden eine ausserordentliche Aufmerksamkeit darauf ihre Nester so anzulegen, dass sie den Bären und Füchsen unnahbar sind, aber sie zeigen beim Anblick des Menschen keine Art von Misstrauen. Sie fliegen sogar nicht

*) Dampier erzählt, dass zu Gallapagos, einer Südsee-Insel, die Turteltauben so zahm waren, dass ein Mensch 5 bis 6 Dutzend in einem Nachmittage tödten konnte ohne andere Waffe als einen einfachen Stock. Der Commodore Byron in seiner Reise um die Welt erzählt ein ähnliches Factum, welches auf einer einsamen Insel desselben Meeres statthatte. Seine Begleitung zeigte sich noch barbarischer als die Dampiers, die Vögel wurden in ihren Nestern getödtet und gingen also mitsammt der Nachkommenschaft zu Grunde. Etwas von diesem natürlichen Zutrauen der Thiere zum Menschen erscheint auch in den Ländern, wo die Jagd von Religionswegen verboten ist.

einmal fort bei deren Herannahen. Anderseits würde die Natur, wenn sie den Menschen als Barbaren und die Thiere furchtsam geschaffen hätte, indem sie jenem solche Züge gegeben hätte, welche die Thiere nicht missverstehen, — würde die Natur sich dann so sehr geirrt haben, als seine Nahrung Thiere hinzustellen, flüchtiger als er, und hätte er nicht in der Zeit zu Grunde gehen müssen, als er sich noch nicht so weit vervollkommen hatte, dass er durch seine List den Sieg über ihre Geschwindigkeit davontrug?

Wenn ich auch dadurch dem bösen Geschwätz der Menschen Nahrung geben sollte, so will ich doch nicht verhehlen, dass die Irrsinnigen, wenn man sie sich selbst überlässt, naturgemäss zur vegetarischen Lebensweise hineigen und dass sie vor dem Fleische gemeinhin Abscheu haben*), — ein Zug, welchen einer der besten Beobachter der Natur, der unnachahmliche Cervantes, in dem vorgeblichen Wahnsinn des Basile in seiner Hochzeit von Gamache wohlweislich nicht vergessen hat. Die Unordnung der moralischen Verhältnisse lässt alsdann dem physischen Organismus seine ganze Herrschaft, und seine Aeusserungen, unüberwacht in solchem Falle, sind einer der besten Beweise zu Gunsten meiner Behauptung.

Man sagt vielleicht, dass es ein moralisches Gefühl giebt, welches uns vor Unnatürlichem bewahrt und dass, wenn

*) Es ist das besonders bemerkenswerth bei dem Irrsinn durch Exaltation. — Wenn man sieht, dass die Irrsinnigen kein Fleisch mehr essen, muss man dann nicht den schlechten Gebrauch beklagen, den der Mensch von seiner Vernunft macht?

Man versuchte einem jungen Manne Fleisch zu geben, welcher niemals welches gekostet hatte, jenem unglücklichen Kaspar Hauser, dessen Leben noch ein Geheimniss ist. In Folge jenes Fleischversuches fiel er in heftige Zuckungen. Man hat ihn später an das Fleisch gewöhnt; aber es ist sehr bemerkenswerth, dass er seitdem die ausserordentliche Feinheit seiner Sinne verloren hat, wie wenn ein dicker Schleier sie umhüllt hätte.

dies Gefühl uns von dem Genuss gewisser Thiere zurückhält, dies doch wohl nicht für alle Thiere gelte. Ich will gewiss nicht bestreiten, dass es verschiedene Grade in der Liebe giebt, sowie es Unterschiede giebt unter den Gegenständen der Liebe; aber Gott will nicht, dass es auf der Erde ein einziges Lebenstheilchen giebt, wie untergeordnet es auch sei, wodurch nicht Liebe könnte erweckt werden! Jedermann weiss, dass eine Spinne lange Zeit der Trost und man kann sagen, der geliebte Freund eines unglücklichen, liebereichen Schriftstellers war. Uebrigens aber kennt man schon, was man im Allgemeinen von dem sittlichen Gefühl des Menschen, wie er jetzt ist, zu halten hat. Aus fast allen Erzählungen von Schiffbrüchen, wo man genöthigt war, Menschenfleisch zu essen, ersieht man, dass nach Ueberwindung des ersten Abscheu's, den eine solche Nahrung einflössen muss, man selbst dann fortfuhr, davon zu leben, wenn der Zufall, sogar im Ueberfluss, andere Nahrungsmittel, allerdings nicht vegetabilische, darbot. Der Schiffbruch der Medusa liefert hierzu neuerdings ein Beispiel: Man vertheilte fortdauernd Menschenfleisch, obschon man Fische in hinreichender Menge hatte. Einer von den überlebenden Passagieren der Medusa wurde nach stattgehabter Rettung von Jemandem nach Neuigkeiten von dessen Bruder gefragt, der mit auf dem Unglücksdampfer gewesen war, worauf dieser, nachdem er sich nach seinem Namen erkundigt hatte, erwiderte: Ich habe ihn verzehrt. Was, Sie haben meinen Bruder verzehrt! schrie der Unglückliche. Nein, bemerkte darauf die Bestie mit seltsamer Naivetät, ich war dazu zu schwach, ich habe nur sein Fleisch ausgesogen. — In einem vor wenigen Jahren veröffentlichten Berichte über einen Schiffbruch wagt ein Abscheulicher zu gestehen, dass er seinen Neger tödtete um seinen Hunger zu stillen. Als er auf dem Meere einem

amerikanischen Schiffe begegnete, wollte der Capitän dieses Schiffes die Ueberbleibsel des gedörrten Fleisches dieses unglücklichen Negers sehen und war neugierig genug, davon zu kosten. Bei einer Hungersnoth in Frankreich im Beginne des 11. Jahrhunderts, erzählt die Geschichte, dass die Menschen sich auf den Strassen auflauerten, um einen andern zu verzehren. Es ist bekannt, was bei der Belagerung Jerusalems passirte. Ein noch schrecklicheres Verbrechen fand bei der Hungersnoth statt, welche im 17. Jahrhundert die Lorraine heimsuchte, indem Kinder dort ihre Eltern verzehrten. Man wird zweifelsohne die Mehrzahl dieser Vorkommnisse mit der unwiderstehlichen Gewalt der Umstände zu entschuldigen suchen; aber welches auch diese Umstände gewesen seien, sie würden nichts Aehnliches über die Seele eines Indiers (Banianen) vermocht haben. Bei der Hungersnoth, welche die englischen Barbaren gegen Mitte des letzten Jahrhunderts in Indien erregte, gingen 3 Mill. dieser Unglücklichen zu Grunde; alle starben zu den Füßen ihrer Hausthiere und unter deren sanften Blicken, ohne dass ein grausamer Gedanke ihre letzten Augenblicke vergiftete. Man wird allerdings eine so bemerkenswerthe Thatsache dem Einflusse der Religion zuschreiben und ich denke auch, dass sie derselben nicht fremd ist; aber da man unter einer so grossen Zahl von Opfern nicht ein einziges gefunden hat, welches sein Leben hätte durch einen Mord erkaufen wollen, so muss man den grössten Ruhm dem ausgezeichneten Naturell dieses Volkes, das heisst seiner Lebensweise, zuschreiben. Jene Hungersnoth war übrigens eine der fürchterlichsten Calamitäten, welche das menschliche Geschlecht seit seinem Bestehen erduldet hat, sowohl in Bezug auf die Todesart, als die Menge der Opfer. Wohl war es nicht die Absicht der Engländer, als sie allen Reis im Lande aufkauften und damit den unglücklichen Indiern

die Nahrung entzogen, sie Hungers sterben zu lassen; nein, sie wollten ihr Geld und nicht ihr Leben; aber ihre Habsucht trieb sie über die richtige Grenze hinaus, wo sie innehalten mussten. Vergebens sagten die Indier, als sie sich schon nur noch mühsam aufrecht erhielten, ihren Tyrannen, dass sie nichts mehr hätten und sterben würden; die Grausamen wollten den Versuch noch verlängern.

Ein köstlicher aber falscher Einwurf wäre es, dass der Mensch, weil die Natur ihm Geschmack für das Fleisch gegeben, auch dasselbe essen dürfe; zunächst hat die Natur ihm das Fleisch nicht gekocht gegeben und manches Jahrhundert hat darüber hingehen müssen, ehe er in den Besitz des Feuers kam. Man weiss, dass dasselbe in einer gewissen Anzahl von neuentdeckten Ländern zur Zeit dieser Entdeckung noch unbekannt war. Die Natur hätte also dem Menschen nur das rohe oder lebende Fleisch gegeben und man weiss, wie ihm dies widersteht auf dem ganzen Erdkreise. Aber gerade das ist es, wodurch die Raubthiere sich wesentlich von den andern unterscheiden. Jene, wenigstens die des grossen Schlages, haben im Allgemeinen ein ausserordentliches Widerstreben nicht nur gegen gekochtes, sondern selbst gegen solches Fleisch, welches seine Frische verloren hat. Der Mensch ist also Fleischesser nur unter gewissen Bedingungen und seine Sinne, auf die er sich beruft, sind bis zu solchem Grade verirrt, dass er, ohne es gewahr zu werden, seines Gleichen verzehren würde, wenn man ihm statt Kalbfleisch, Menschenfleisch, welches denselben Geschmack haben soll, vorsetzte. So verzehrte Hargagus, ohne es zu ahnen, den Leib seines Sohnes.

Nach diesen Erwägungen also möge man aufhören, jene Phrase der Unwissenheit, ist sie auch aus dem Munde Gelehrter hervorgegangen, zu wiederholen, dass der Mensch von der Natur den Vorzug erhalten habe, von Allem

essen und Alles seiner eigenen Substanz assimiliren zu können; denn dieser angebliche Vorzug würde nur ein Unglück sein und zwar ein Unglück, das auch über andere Geschöpfe kommen kann, die ebenso wenig wie er geschaffen sind, sich vom Raube zu nähren. Die Kuh, deren Bestimmung zum Pflanzenfressen man nicht bestreiten wird, ist der Natur soweit entfremdet worden, dass sie an den unfruchtbaren Ufern Islands und Norwegens nur von gekochten Fischen lebt. *) Niebuhr citirt in seiner Beschreibung von Arabien ein ganz ähnliches Factum bezüglich der Esel, welche an den Ufern des persischen Golfs leben: ein Factum, das um so ausserordentlicher ist, als es in der heissen Zone spielt; aber zweifelsohne verfallen in dem einen wie in dem andern Klima diese Thiere einem frühzeitigen Untergange, wie er auch das derzeitige Loos des Menschen ist, des Menschen, den die Natur zu einer so langen Lebensdauer bestimmt hatte und dessen Vernichtung sie jetzt mit solcher Heftigkeit betreibt, wie wenn neue und ihrer Fürsorge würdigere Wesen aus seiner Asche hervorgehen sollten!

Der anspruchloseste der Vierfüssler, das Rennthier, welches schon durch sein Geweihe gleich dem Hirsche und dem Elennthier an das Pflanzenreich erinnert, indem es die lebendigen Zweige des Baumes, von dem es sich nährt, auf dem Kopfe zu tragen scheint — dieses Thier lebt auf jenen unfruchtbaren und eisigen Ufern der Nordsee für den Nothfall von Fischen, wenn nämlich der Sturm das gewöhnlich vom Meere herbeigeführte und diesen armen Gegenden gleichsam als Tribut gezollte Moos anderswohin führt. **)

*) Die so genährte Kuh hat keine Hörner; aus demselben Grunde fehlt ihr die Intelligenz, so dass sie von Natur keine Vertheidigungsmittel gegen ihre Feinde hat, denen sie unvermeidlich geliefert sein würde, wenn der Mensch sie nicht davor bewahrte.

**) Man sagt, dass das Rennthier unter diesen traurigen Umständen seine Natur so weit verleugnet, dass es Ratten und selbst Schlangen frisst.

Heutzutage, wo man Alles mit solcher Genauigkeit calculirt, wird es nicht an Leuten fehlen, welche zu beweisen suchen werden, dass es für die Hausthiere ein grösserer Vortheil ist geboren zu werden und zu leben zum Zwecke getödtet zu werden, als wenn sie im Nichts oder im Naturzustande verblieben wären. Was nun das Wort „Nichts“ anlangt, so verstehe ich dasselbe nicht, wie ich gern bekenne; aber sehr wohl verstehe ich das andere; ja ich habe es niemals fassen können, wie der Mensch die Grausamkeit haben konnte, alle Leiden der Erde zusammen auf ein Individuum zu häufen, das heisst es zu ermorden zum Lohne dafür, dass er es hat entarten lassen. Sollte er meinen, für sich selbst den Einflüssen einer so erbärmlichen und infamen Handlungsweise entgehen zu können, so würde er in einem gewaltigen Irrthum sein.

Es ist hier am Platze einem andern äusserst wichtigen Einwurfe zu begegnen, welchen man beim Mangel gewichtiger Gründe immer wieder vorbringt, denn der Mensch ist immer noch weniger Bösewicht als Schwachkopf. Sehr kluge Leute haben mich gebeten, hinsichtlich des hier fraglichen Gegenstandes die Grenze, welche Thier und Pflanze von einander unterscheidet, festzustellen. Ohne Zweifel kennen sie keinen Unterschied zwischen einem Ochsen und einem Zoophiten. Andere haben mir in derselben Absicht die Ansicht der Manichäer entgegengehalten, welche auch den Pflanzen Seele und Empfindung zuschrieben und daher lediglich von Früchten lebten. Das beste Mittel diesen Einwürfen zu begegnen ist, sie mit allen Konsequenzen zu acceptiren. Räumen wir ein, dass Alles empfänglich für Leiden ist bis auf das Gräschen, auf das man tritt, bis auf den Stein, an dem man stösst, obschon man ihnen recht wohl ein Leben zuschreiben kann, ohne damit die Art von Leiden zu verbinden, wovon hier die Rede ist, was ja von vielen Insecten und anderen

weissblutigen Thieren klärlich bewiesen ist; räumen wir also Alles ein, so brauchen wir nur die aufgestellte Behauptung von der Kehrseite zu nehmen und daraus zu folgen: wenn dem so ist, so traget Sorge, dass es ein so Weniges als Euch nur irgend möglich ist, sei, was da leidet. Diese Doctrin hat wesentlich das Gute, dass sie nicht mit dem Verstande, aus dem so eitle wie endlose Streitereien entspringen, sondern mit dem Herzen, das nie trügt, beurtheilt zu werden braucht.

Was übrigens das Leben in den Pflanzen anlangt, so dürften folgende Bemerkungen von Interesse sein:

Tournefort erkannte ein Gefühlsleben in den Pflanzen an, wie auch ein vegetatives Leben in den Mineralien. Diese Meinung war auch die des Eusebius von Cäsarea, des Baglivi etc. und war vordem die der ganzen Aristotelischen Schule. Es ist unnütz sie zu discutiren. Die Pflanzen fühlen weil sie leben; aber dies Gefühl, in kein Centrum auslaufend, muss wie nicht vorhanden betrachtet werden. Da die Pflanzen keine Nerven haben, können sie offenbar auch keine Schmerzen empfinden, wenn sie unter dem schneidenden Eisen fallen. Doch besitzen sie jedenfalls die Grundstoffe dazu, welche sich im Leibe des Menschen und der Thiere, die sie verzehren, entwickeln, und daher ihr hoher Werth. Kraft dieser Grundstoffe haben einige Arten in der Zeit der Befruchtung eine von der Atmosphäre unabhängige Wärme. Die innere Wärme des *Arum italicum* steigt in diesem Moment nach einer Beobachtung von Lamank bis zum 30. Grade des Reaumur'schen Thermometers. (Eine Thatsache, die neuerdings von anderen Botanikern bestätigt ist). An einer anderen Art von *Arum* (*arum arborescens*) verbrannte sich der Reisende Rollander die Nase, als er eine Pflanze suchte, deren Duft ihn lockte.

Uebrigens ist es nichts Wunderbares, dass die Pflanzen keine Nerven haben,

da man auch im Polypen noch keine gefunden hat; dieser Mangel der Nerven im Polypen ist auch der Grund, dass man ihn in mehrere Stücke theilen kann, ohne ihm Schmerzen zu verursachen und dass man aus einem Thiere mehrere machen kann, wie aus einer einzigen Pappel eine ganze Baumschule. S.M.

Sacuntala.

Aus dem Morgenlande kommt die Weisheit! Sie kommt daher, auch im Gewande vollendeter Dichtkunst! Einen der schönsten Beweise hierfür bietet das indische Schauspiel: „Sacuntala“ von Kalidasa, der in der Mitte des ersten Jahrhunderts vor Christus gelebt haben soll.

Man sollte meinen ein indisches Schauspiel müsste uns viel ferner liegen als ein griechisches und nach seinem Gedankeninhalt, nach seinem Glaubenshintergrunde auf dem es ruht und folglich nach seiner ganzen Entwicklung schwerer verständlich sein als dieses. Das Umgekehrte aber ist der Fall. Man hat dies daraus erklärt, dass die eigenthümliche in dem Stück herrschende Verschmelzung von Himmel und Erde, Götter- und Menschenleben dies Kunstwerk nahe an unsere romantische Schule heranrückt, und gewiss trägt dies zu jenem Effecte für uns bei, wie wir denn sogar in der Gestalt des Mathavja, des weisen Hofnarrn des Königs, ein vertrautes Shakespearesches Element wieder finden. Dass aber die Sacuntala uns heute noch so traut anmuthen kann, liegt nach unserm Dafürhalten in der wundervollen sittlichen Reinheit, seiner Psychologie und massvollen Oekonomie des Stücks, die zusammen eben so spannend als befriedigend wirken. Nirgends begegnen wir unmotivirten rohen Leidenschaften und ihrem drastischen Spiel, die Schuld selbst, die hier des Schicksals Knoten schürzt, ist eine so unbedeutende, menschlich verzeihliche, dass wir sie erst an ihren Wirkungen erkennen. Allerdings muss man sich unter indischen

Himmel versetzen und in den Geist der Vedas um diese Poesie voll und rein zu geniessen: aber das ist für diesen speziellen Zweck nicht schwer: Die Dichtkunst selbst führt uns dahinein, und nach den früheren Versuchen von G. Forster u. A. hat Ernst Meier jüngst durch seine vortreffliche und nebenbei für wenige Groschen zu habende Bearbeitung (Hildburghausen 1867.) uns Allen die Thür in dieses Paradies weit aufgethan.

Was mich veranlasst, gerade an dieser Stelle auf dies Werk hinzuweisen, ist der Umstand, dass die ganze Dichtung auf dem Goldgrunde vegetarischer Weltanschauung ruht.

Gleich im Eingang tritt, mit homerischer Anschaulichkeit beschrieben, der König auf, von der Macht der Tradition der Kriegerkaste zur Jagd der Tiger und Gazellen eilend. Der Wagenlenker glaubt Gott Siva selbst zu sehen, wie mit dem Bogen er das Wild verfolgt; es rennen die Rosse dahin mit langgestreckten Leibern — vom selbsterregten Staube kaum berührt — wie eifersüchtig auf den Lauf des Wildes — doch die überraschte Gazelle — den Hals anmuthig wendend — im flüchtigen Sprunge — mit halb verzehrtem Gras den Weg bestreuend, das dem von Mattheit offenen Mund entfällt — mehr in Lüften als auf Erden, — so eilt sie hin. Schon soll der Pfeil sie endlich treffen, da tritt „der Weisen Einer, ein Einsiedler“, dem König in den Weg und gebietet halt! Der König ist in einen der „Andachtshaine“ gerathen, — wo „der Mensch mit seiner Qual“ das Paradies noch nicht verloren, nicht zerstört hat. „Zu unserem Waldbezirk gehört dies Thier; es darf nicht, nein, darf nicht getödtet werden! — — — Bedrängte soll Dein Bogen schirmen, doch nimmermehr bedrängen den Schuldlosen!“ Der König gehorcht: „Sieh her, ich nehm' ihn (den Pfeil) wieder ab!“ „Das steht Dir schön, du Licht in Purus Stamm!“ Und eingeladen, weil der König unter diesen

Menschen, die im Einklang mit Himmel und Erde leben, hier wird er seiner eigenen besseren Natur sich bewusst und der Nimrod verwandelt sich in einen Königsweisen. Hier findet er Sacuntala und die Verwicklung beginnt, die ich nicht schildern, zu der ich nur laden wollte Alle, die an hoher Poesie Gefallen finden. Denn bekannt ist Göthes treffendes Wort:

Willst Du die Blüthe des frühen, die Früchte des späteren Jahres,
Willst Du was reizt und entzückt, willst Du was sättigt und nährt,
Willst Du den Himmel, die Erde mit Einem Namen begreifen,
Nenn' ich Sacuntala Dich, und so ist Alles gesagt!

E. Baltzer.

Verdauung.

Der Professor der Physiologie Dr. L. Hermann in Zürich, hat eine „Antritts-Vorlesung“ als „Beitrag zum Verständniss der Verdauung und Ernährung“ drucken lassen (Zürich, 1869), welche das Problem auch Laien verständlich machen soll. Er kommt zu folgendem Ergebniss: „Zahlreiche verwickelte, grösstentheils unlösliche Substanzen geniessen wir in unsern Speisen. Der Verdauungs-Apparat spaltet dieselben durch hydrolytische Fermente in einfache und zugleich lösliche Bestandtheile, welche in das Blut übergehen. Diese Spaltungsproducte werden dann, wie es scheint hauptsächlich in der Leber, wieder unter Wasseraustritt zu complicirteren Verbindungen synthetisch vereinigt, und es ist dadurch die Möglichkeit gegeben, dass nicht allein gewisse Stoffe, welche wie Fett und Eiweiss behufs ihrer Filtration gespalten werden mussten, sich wiedererzeugen, sondern dass auch die mannigfaltigsten neuen Verbindungen durch anderweitige

Paarung der Spaltungsproducte gebildet werden können.

Die ganze Darlegung zeigt, dass bezüglich der Verdauung manches Räthsel gelöst ist, viele Räthsel aber noch zu lösen bleiben.

Interessant und unsere Principien bestätigend ist, wenn er z. B. sagt: „die chemischen Bestandtheile unserer Organe (Knochen, Muskeln, Gehirn, Blut u. s. w.), welche höchst complicirter Natur sind, müssen aus der Nahrung gebildet werden; in den seltensten Fällen sind diese Bestandtheile schon in der Nahrung fertig gebildet enthalten. Der rothe Stoff unseres Blutes, die contractile Substanz unserer Muskeln fehlen z. B. vollständig im Brod, und doch können wir von Brod allein leben; und selbst wenn wir Blut tranken, und wenn wir Fleisch essen, um jene Substanzen fertig unserem Körper zu zuführen, so ist das letztere nur ein Schein. Die contractile Substanz der Muskeln wird sogleich nach dem Schlachten des Thieres vernichtet, und sie wird vollends zerstört, ebenso wie der rothe Stoff des Blutes, welches wir etwa geniessen, durch das Kochen, und wenn dies unterbliebe, durch unseren Magensaft selbst; es wäre uns also völlig unmöglich zum Ersatz unseres rothen Blutfarbstoffes oder unserer contractilen Muskelsubstanz diese Stoffe fertig in unseren Körper einzuführen, und wir brauchen es auch nicht, denn unser Organismus versteht die Kunst, diese Substanzen selbst aus einfacheren aufzubauen.“

Ferner hebt er hervor, dass die Cellulose durch Speichel nicht in Zucker gespalten, d. h. nicht verdaut wird, vermuthet aber, dass die Grasfresser in ihren Verdauungssäften irgend ein stärkeres hydrolytisches Ferment besitzen müssten, um die Massen Cellulose, die sie aufnehmen, in Zucker spalten zu können! Man wird ja also wohl bald aufhören, uns Frugivoren mit den Grasfressern zu verwechseln.

Wenn die Schrift im Ganzen die Verdauung durch Lösung der Nährmittel mittelst Speichel und Darmsaft, und ihre Wiederaussetzung zu den organischen Bestandtheilen durch wesentliche Vermittelung der Leber zeigt, — obwohl „die Wirkungsweise jener Fermente vor der Hand noch völlig räthselhaft ist“ — so lässt sie Weiteres hoffen, giebt aber andererseits das Recht und die Pflicht durch Beobachtung der Natur vor Allem die physiologischen Thatsachen festzustellen. Bedenklich scheint uns daher der sehr dogmatisch klingende Schluss der Schrift, wonach sie „eine befriedigende Erklärung für die Unabhängigkeit der Integrität unseres Körpers von der Auswahl unserer Nahrung“ geben soll. Das heisst doch wohl nichts Anderes, als das „bunte Gemisch unserer Nahrungsmittel“ — von dem seine Betrachtung ausging (S. 6), mag noch so „planlos“ sein, es schadet dem Körper nicht, denn die Verdauung verarbeitet nur die Stoffe, die dem Organismus dienen? Könnte es aber aus wissenschaftlichem Munde eine gefährlichere Lehre geben? Von der natürlichen Determination des Menschen zum Frugivorismus hat der Herr Verfasser weder Erfahrung noch Einsicht, sonst würde er sie anerkannt oder wiederlegt, oder doch gezeigt haben, dass und warum die Giftstoffe des Fleisches dem Menschen unschädlich sein sollten. E. B.

Dr. C. F. v. Gorup-Besanez, ordentl. Prof. der Chemie an der Universität in Erlangen, Lehrbuch der physiologischen Chemie, 2 u. 1867, S. 787 sagt: „Aus einer sehr grossen Versuchsreihe mit reiner Brotfütterung, welche Bischof und Veit anstellten, ergiebt sich, dass Brot für einen Fleischfresser immer nur ein ungenügendes Nahrungsmittel ist. Bei dem Versuchshunde wurde so viel Brot unverdaut mit den Faeces ausgeschieden, dass weder der assimilirte Stickstoff, noch

das umgesetzte Stärkemehl, den Hund auf einem kräftigen Ernährungsstande zu erhalten vormochte. So lange er noch gut genährt war, verlor er, selbst bei den grösstmöglichen Mengen verzehrten Brotes täglich an Gewicht und befand sich in einem continuirlichen Hungerzustande; für das Fleisch und Fett, was er verlor, nahm er viel Wasser auf, welches er bei darauf folgender Fleischkost wieder abgab. Katzen verhielten sich ähnlich, konnten aber nicht am Leben erhalten werden, und starben eines langsamen Hungertodes.“

Ein Urtheil über die Medicin.

Es ist gewiss von einigem Interesse, ein Urtheil des weit bekannten Professor Hyrtl über die Medicin zu hören. In seinem „Lehrbuche der Anatomie des Menschen“ 10. Aufl. Wien 1867 bespricht er das Verhältniss der Anatomie zur Medicin, und sagt pag. 18:

„Im Erkennen und Heilen der Krankheiten liegt die Aufgabe der Medicin. Ersteres allein ist Wissenschaft, letzteres war bisher Empirie und wird es noch lange bleiben. Um Krankheiten zu erkennen, macht der Arzt eine lange Schule durch; heilen dagegen kann Jeder, der weiss, was hilft. Und dieses Wissen ist so wenig umfangreich, dass es Max Stoll, einer der gefeiertsten Aerzte seiner Zeit, auf seinen Fingernagel schreiben wollte. Bevor man aber daran denken darf zu heilen, hat der Arzt zuerst darauf zu sehen: nicht zu schaden (*πρῶτον τὸ μὴ βλάττειν*. Hippoc). Auch hierzu gehört eine Art von Wissenschaft, und Mancher kommt sein Leben nicht weiter. — Im Erkennen von Krankheiten, nicht im Heilen liegt die Würde der Medicin etc.“

Nachdem er dann Einiges über die Geschichte dieser Wissenschaften gesagt, fährt er fort: „Die Bahn (für die pathol. Anatomie) ist gebrochen, und, was bereits geschah, berechtigt zu den

schönsten Erwartungen. Ein Rückschritt ist nicht mehr möglich. Man kann nicht mehr zurückfallen in den alten Fehler, sich Begriffe von Krankheiten aus ihren äusseren Symptomen zu construiren; von Kräften, Faktoren, Polaritäten zu träumen, die nicht existiren; für jedes Leiden eine Formel aufzustellen, was man, um sich selber zu betrügen, rationelles Verfahren nannte und die Hauptsache zu übersehen, dass die Krankheit, wie jede andere Naturerscheinung, analysirt und auf ihre in der Organisation begründeten ursächlichen Momente zurückgeführt werden muss. Mehr kann der Arzt nicht thun, mehr darf er aber auch nicht thun. — Da die Lebensdauer der Menschen, seit die Arznei den oben gepriesenen Weg einschlug, nicht zunahm, und die Sterblichkeitstabellen ihre Ziffern nicht verringerten, wird man wohl einsehen, dass das, was man zum Lobe der Medicin hört oder liest, nur den diagnostischen, nicht den curativen Theil derselben angeht, obwohl auch dieser nicht mehr daran glaubt, dass eine Arznei um so besser wirkt, je schlechter sie schmeckt und dass man der Mittel nicht genug auf einmal verschreiben könne, damit doch gewiss das rechte darunter sei.“

Bischof Bugnion.

Herr B. Guignard in Pressy bei Genf, dessen vegetarianische Schrift wir am Schluss des Blattes anzeigen, theilt mir einen Brief des Bischof Bugnion, eines amerikanischen Vegetarianers, mit, woraus hervorgeht, dass letzterer die Absicht hat, eine vegetarianische Colonie von Deutschen im Staate Mississippi, Grafschaft Bolivar, zu gründen, woselbst ihm zu diesem Zweck 6000 Acre Land zu Gebot stehen. Man geht dabei davon aus, dass der Werth unseres Principis der Menge augenfälliger durch Colonisation gemacht werde als es in der jetzigen Zerstreuung möglich sei, und dass die Colonie zugleich auf religiös-socialer Unterlage beruhen dürfte. — Ich werde

zwar der Sache weiter nachgehen, und eventuell Weiteres mittheilen, bemerke jedoch, dass ich persönlich mich nicht berufen erachte zu solcher Coloniebildung aufzufordern und die Verantwortlichkeit dafür zu übernehmen. Es könnte das nur Sache der Freiwilligkeit des Einzelnen sein; wer dies will, wende sich an die Adresse des Hrn. Guignard. Uebrigens ist, so viel mir bekannt, eine ähnliche Colonie unter Mitwirkung des Hrn. Prof. Trall in New-York schon im Werke, über welche Näheres zu erfahren von Interesse wäre.

E. Baltzer.

Kubiczek.

Je öfter man von vegetarianischen Anfängern hört, dass die „Kur“ nicht gleich ihre Wirkungen macht, desto öfter kann man sich überzeugen, wie einseitig man Alles auf die Karte der Diät im engsten Sinne des Essens und Trinkens setzt, das oft noch überdem sehr verkehrt begonnen wird. Nur das allseitig naturgemässe Leben kann das Mögliche leisten. Ich hielt es daher für meine Pflicht in diesen Blättern auf Riklis Schrift nicht bloss durch eine Anzeige, sondern durch einen besondern Fingerzeig (S. 170) hinzuweisen als auf eine Spezialschrift, welche die so äusserst wichtige Hautcultur zum Gegenstande hat. Ich bedauere nur, dass mir eine in gleicher Richtung fördernde Schrift von Kubiczek (siehe Anzeigen) zu spät zugeing, um sie nicht gleichzeitig in Betracht zu ziehen. Unser Wiener Freund, dessen Eifer für unsere Selbstreform unsere Leser aus diesen Blättern schon kennen, behandelt die Abhärtung als eine innere und äussere und das kleine Schriftchen, das sich auch durch geringen Preis empfiehlt, enthält auch sonst noch so vielseitige Winke, dass wir ihm nur recht viele Leser wünschen können; es sei hiermit bestens empfohlen.

Bei dieser Gelegenheit kann ich aber nicht umhin immer wieder zu betonen,

dass der Vegetarianismus keine Kur, kein Heilverfahren ist. Er wird das erst in zweiter Linie. In erster Linie ist er Lebensnorm des gesunden Menschen und zwar des harmonisch also auch geistiggesunden, vernünftigen Menschen. Daher ruhet er nicht nur in physiologischen, sondern auch in ethischen Gründen, wie wir im ersten Bande (Nr. 1—10) gezeigt haben, ja hierin vorzugsweise, denn dass der Vegetarianismus heilbare Leiden heilen hilft, ist erst seine Consequenz unter gegebenen Krankheitsverhältnissen. In dieser Hinsicht war daher besonders Struves „Pflanzenkost“ zu empfehlen, weil diese Schrift speciell von diesem Gesichtspunkt aus geschrieben ist.

E. Baltzer.

„Zur Brodnoth.“

Herrn Dr. I. in H. Ihrer Ansicht, dass durch Bildung von Lokalvereinen gerade in der ersten Periode unseres Daseins, unserem gesellschaftlichen Bedürfnisse und einzelnen materiellen Interesse fördernd gedient werde, kann ich nur beistimmen. Der Brodnoth lässt sich dann z. B. leicht abhelfen durch eine Hartmann'sche Mühle, die, nebenbei gesagt, so hoch wie ein Tisch ist, und etwa 6 □F. Raum erfordert. Es ist dann äusserst leicht sich ein gutes Grahambrod zu schaffen, sei es, dass man es bei einem Bäcker mitbacken lässt oder, falls sie auch das nicht thun, selbst einen kleinen Backofen anlegt oder einen Kochofen dazu benutzt. Ihr Vorschlag der Brodversendung ist misslich. - Erstens kommt es theuer, da man es doch frisch haben will, also häufig kleine Sendungen nöthig hat. Sodann sind die Herren Bäcker im Durchschnitt durchaus nicht verlässlich; sie nehmen Hefe um dem Publikum anscheinend Viel zu bieten; sie nehmen oder bekommen nicht reines Schrot von gutem Weizen oder Gerste, sondern mischen Mehl und Kleie, wobei gefehlt wenn nicht betrogen wird; sie nehmen

geringe Frucht, weil sie meinen zum „Schrot“ sei diese auch gut, und im Effect sähe man es nicht. Man sieht's und schmeckt's aber gar sehr! So lange also die Herren Bäcker nicht gutes Schrotbrod liefern, ist der Versand von dergleichen misslich, obwohl immer noch besser als das verdorbene und verderbende Sauerbrod essen. Lokalvereine können Versendungen vermitteln. Es wäre aber die Frage, ob es nicht besser ist, gutes Schrot zu versenden und davon sich frisch Brod backen zu lassen. Es wird allerdings behauptet, dass frisch gemahlene Schrot das beste Brod liefert. So kommt man immer wieder auf Handmühlen als Emancipationsmittel. Zur Noth thut es für Einzelne jede Kaffee- oder Gewürzmühle, wie ich aus eigener anfänglicher ganz guter nur etwas mühsamerer Praxis weiss. Es wäre zu wünschen, dass bei den Bäckeradressen, welche Schrotbrod führen, in diesem Blatte auch angegeben würde, ob sie zu Schrot- resp. Brodversendungen ebenfalls bereit sind. — Was Sie von einem Journal sagen, wird sich erfüllen, wenn die Zeit kommt: es dürfte gut sein, die Sache auf einer Wanderversammlung oder Vereinstage öffentlich zu erörtern. E. B.

Weizenschrotbrod

(Fortsetzung zu No. 11.) erhält man in Dresden bei Claussnitzer, Ostra-Allee 32 und Victoriast. 9. Dessau, zu erfragen bei Geh. Med.-Rath Kurz. Leipzig bei Ernst Ahr, Tauchaerstr. 29 und Markt, Kochs Hof, Mühlenproducten und Gebäckfabrik in Lösnig. Köln, bei Bäckermeister Westenberg, Schildergasse 42. Berlin, bei Schasse, Schönhäuserstr. No. 15. Cassel, dicht neben dem Gasthof zum Ritter. Artern beim Kaufmann Theodor Poppe. München beim Bäcker u. Weber Schmidt, Dachauer Str. 67 in der Nähe des Bahnhofs. Freiburg im Brsg. beim Bäcker Sprettaer, Niemenstr. 10.

Freiburg i. Baden. Nach einem Bericht von dort kamen am 23. Juli 12 entschiedene Vegetarianer zusammen, um daselbst einen lokalen Verein für Pflege der naturgemässen Lebensweise im Sinne des Vegetarianismus zu gründen. Zum Vorstande wurde gewählt: Herr Dr. Amann, prakt. Arzt, als Vorsitzender; Herr Fabrikant Metz als Rechner und Herr Referendar Arnold Horn zur Besorgung etwaiger Correspondenzen.

Literarisches.

Th. Hahn's Naturarzt No. 16 und 17 enthält: Die Physiatrik III und IV. Scrofulöser Knochenschaden schwerster Art. Fortsetzung der Krankengeschichte in No. 1. (Tödtlicher Ausgang.) Der Bronchialkatarrh, mitgetheilt von L. Winter. Medicin- und Naturheilung in ihrem Gegensatze zur conservativen Chirurgie. Vom Büchertisch. Kleinere Mittheilungen. Anzeigen.

Franz W. Kubiczek, die Abhärtung des menschlichen Körpers. Eine physiologische Skizze als Beitrag zur naturgemässen Lebens- und Heilweise. Wien 1869. 32 S. (7½ Sgr.) Im Selbstverlag des Verfassers, Minoritenplatz 7, und in Commission bei E. Hügel, Herrngasse 6.

La médecine instinctive élevée au rang de science positive de l'art de conserver sa santé et de guerir ses maladies sans Hydrotherapie ni medicaments. Systeme fondé sur les lois de la nature et mis à la portée de tout le monde par Benjamin Guignard. Paris, G. Bossange, Quai Voltaire 25 et Odessa, G. Rousseau, 1869. 16 Pag. gr. 8vo.

Die Ritter vom Fleische. Offene Briefe über die Ernährungsfrage. Zugleich ein Beitrag zur Lösung der sozialen Frage von Theodor Hahn. Berlin, Theob. Grieben 1869. Preis 12 Sgr.

Mahnrufe an Kranke und Gesunde. I. Theil. Das Heilverfahren und die naturgemässe Lebensweise (Vegetarianismus) mit praktischen Anleitungen für alle Fälle. II. Theil. Naturarzt. Sammlung erprobter Rathschläge. Von Dr. Em. Kapper. Prag 1869. Verlag von Senders & Brandeis.

Der Impfwang und die Naturheilkunde. Ein Beitrag zur Verständigung über den Inhalt der sozialen Frage von Dr. med. C. Boruttan. Leipzig, Verlag von M. G. Prieber. 1869.

In Barmen unterhält man sich mit einem Lustspiel „Fleisch und Rapunzel“, in welchem Fleischesser die Fruchtester satyrisiren; in Ofen-Pest revangiren sich die Vegetarianer mit einem Bühnenstück entgegengesetzter Tendenz. „Humanistische Studien“ von Otto Veber. (Manuscript.)

Berichtigung. In No. 9 d. Bl. ist irrthümlich Leipzig als Verlagsort von A. Rikli's Schrift „Thermiätetik“ angegeben. Der Hauptverleger ist Braumüller in Wien. Die Schrift ist durch alle Buchhandlungen zu beziehen, wie auch im Selbstverlage des Verfassers.

Deutscher Verein für naturgemässe Lebensweise.

Mitgliedschaft. Dem Verein sind ferner beigetreten: Herr Rudolph Ritter, Königl. Zahlmeister a. D. in Herrstadt. Herr von der Leeden, Hauptmann a. D. in Berlin, Königin-Augustastr. 51 a. Herr Wilh. Omonsky, Berlin, Kaiserstr. 41, 1 Tr. Herr Robert Rehbach, Hohenfelde, Neustrasse hinter 24 No. 3, Hamburg. Herr Emil v. Luyk, Beamter der Staatsbahn in Wien. Fräulein Henriette Rosenthal und deren Schwester Johanne Rosenthal, Töchter von S. Rosenthal in Nordhausen. Sigm. Gámán in Klausenberg (Siebenbürgen).

Quittung. Zur Vereinskasse gingen ferner ein: Von H. G. N. in A. 1 Thlr., S. in B. 1 Thlr., A. L. in B. 1 Thlr., L. M. in B. 1 Thlr., S. in S. 1 Thlr., A. R. in V. (nachträglich) 10 Sgr., M. G. in M. (nachträglich) 20 Sgr., Z. in S. b. Frkf. 1 Thlr., E. Ue. in V. 1 Thlr., A. H. in F. 1 Thlr., M. L. in P. 1 Thlr., S. L. in E. 1 Thlr. 10 Sgr., Dr. I. in H. 1 Thlr., A. U. in B. 1 Thlr. 4 Sgr., R. R. in H. 1 Thlr. 10 Sgr., I. in M. 1 Thlr. 5 Pf., R. R. in H. bei Hb. 3 Thlr. 20 Sgr. 8 Pf., E. in G. 1 Thlr. 10 Sgr., Fr. Th. N. u. M. B. in N. 2 Thlr., H. G. u. Frau in K. bei S. 2 Thlr., L. B. in N. 2 Thlr., V. L. in N. 1 Thlr., S. R. in N. 5 Thlr., H. R. in N. 1 Thlr.

Der Vorstand.

Berichtigung. Seite 176 lies Krausnickstr. 21 statt Krausenstr. 21., statt Hermann Sattler, Sattler Hermann, Friedrichsgracht 9.

Anzeige.

- 1) **Baltzer**, die natürliche Lebensweise, der Weg zur Gesundheit und sozialem Heil; mit 2 Tafeln Abbildungen. 12 Sgr.
- 2) —, die Reform der Volkswirtschaft vom Standpunkte der natürlichen Lebensweise. 16 Sgr.
- 3) Briefe an Virchow (Ergänzung zu Nr. 1.) mit einer Tafel Abbildungen. 8 Sgr.
- 4) Vegetarianisches Kochbuch für Freunde der natürlichen Lebensweise. **Zweite Auflage.** 7 1/2 Sgr.

Selbstverlag des Herausgebers **Eduard Baltzer** in Nordhausen.
In Commission bei **Ferd. Förstemann** daselbst.
Druck von **Th. Müller** in Nordhausen.

Die nächste Nummer erscheint Mitte September.

Vereins-Blatt

für Freunde

der natürlichen Lebensweise

(Vegetarianer).

N^o 13.

Nordhausen, den 20. September

1869.

... ἄλφιτα, μὲλὸν ἀνδρῶν, ...: „Gerstenbrod, das Männer-Mark“.
Hom. Odys. II 290.

Für den Fond zu einer vegetari- schen Waisen-Erziehungsanstalt (siehe No. 12 S. 1) sind ferner gezeichnet worden: von Hrn. Glanzwischfabrikant Theodor Poppe in Artern 49 Thlr. und gezahlt 5 Thlr. Zinsen; von Herrn Feingoldschlägerei-Besitzer Schaptag in Nürnberg 50 Thlr.; von Hrn. Salomon Rosenthal, Kaufmann in Nordhausen, 50 Thlr. Bis jetzt 654 Thlr. Der Vorstand dankt den edlen Gebern und hat beschlossen, die eingehenden Zinsen bis auf Weiteres zum Capital zu schlagen.

Der Vorstand

des Vereins für naturgem. Lebensweise.

An die Vereinsgenossen.

Der „Verein für natürliche Lebensweise in Nordhausen“ vom 21. April 1867 hat am 9. Juli v. J. beschlossen, sich „Deutscher Verein für natürliche Lebensweise“ zu nennen und mit dem 19. Mai d. J. sich als „Deutscher Verein für naturgemässe Lebensweise“ förmlich constituirt. Für Nordhausen hat sich darauf am 22. Juni d. J. ein neuer Verein gebildet, zu welchem die Glieder des deutschen Vereins als solche in keinerlei mitglied-schaftlicher Beziehung stehen; während der untergegangene Nordhäuser, der provisorische Deutsche Verein für natürliche und der nunmehr definitiv gebildete für

naturgemässe Lebensweise ein und derselbe Verein sind, der am 9. Juli 1868 nur den Namen, am 19. Mai d. J. jedoch Namen und Verfassung bloß geändert, letztere jedoch keineswegs formell aufgehoben hat. Der Stiftungstag des Deutschen Vereins vom 19. Mai ist formell und materiell zugleich der des Nordhäuser Vereins von 1867, nämlich der 21. April, welcher als Stiftungstag des jetzt bestehenden Nordhäuser Vereins nur materiell in Betracht kommen kann. (Vergl. Nr. 172 des Vereinsblattes: „Nordhausen, 22. Juni.“) Die Bemerkung bezüglich des Stiftungstages will ich hier nur gelegentlich gemacht, hauptsächlich dagegen auf die Thatsache der veränderten Verfassung hingedeutet haben. Ebenso logisch wie dieser Umstand mit den ihm in der Entwicklungsgeschichte unseres Vereins vorausgegangenen Thatsachen zusammenhängt, ebenso nachtheilig ist er vorläufig für die stetige positive Thätigkeit unseres Vereins geworden. Als Nordhäuser resp. Deutscher Verein für natürliche Lebensweise hatten wir eine permanente Möglichkeit für mündliche Discussion und Debatte wie für Beschlüsse; jetzt ist es uns nur möglich, im Vereinsblatt zu erörtern, abstimmen jedoch können wir erst zur Zeit eines Congresses. Wie hemmend dieser Zustand der realen Wirksamkeit unseres

Vereins entgegentritt, ist unschwer zu erkennen: diejenigen Vereins-Unternehmungen, welche nach dem Willen der selbstständigen Mitglieder schon jetzt zu Stande kommen sollten, fordern aus formellen Hindernissen ein zweckloses Opfer an Zeit. Um so empfindlicher die in Frage stehende Mangelhaftigkeit ist, um so mehr scheint es mir nothwendig, dieselbe zur Sprache zu bringen, damit nach Erkenntniss der Sachlage einerseits Jeder schon jetzt seine Gedanken auf die seiner Zeit zu beschaffende Abstellung jener Unzulässigkeit richte, andererseits aber auch unsere Localvereine beziehungsweise die Vereinsmitglieder als Einzelne, die realen Functionen, welche sie bei augenblicklich möglicher Abstimmung dem Vereine zuertheilen würden, vorläufig nach Kräften auf sich nehmen. Und hieran möchte ich sogleich die Besprechung eines Bedürfnisses mit der Bitte um fürsorgliche Abhülfe desselben knüpfen.

Auf Seite 174 des Vereinsblattes ist unter der Rubrik „Weizenschrotbrod“ mit einem Verzeichniss der jenes bereitenden Bäcker verschiedener deutscher und schweizerischer Orte der Anfang gemacht worden. Der Mangel einer solchen Liste ist gewiss schon längst vorhanden gewesen, aber dringender noch als für „Reisende“ wohl denjenigen, welche selbst an ihrem Wohnorte unter dem herausfordernden Bedürfniss vegetarianischer Diät keine Gelegenheit fanden, sich für Geld und gute Worte entsprechende kräftige Nahrungsmittel zu verschaffen. Solche in der angegebenen Richtung Bedrängte sind namentlich Alle, welche als Vegetarianer einzeln an Orten wohnen, wie auch nicht in der Nachbarschaft von anderswo Domicilirten vegetarianischer Familien, Localvereinen oder Freunden, welche bereit sein möchten, sie mit dem nöthigen Grahambrod zu versorgen. Unter den Genannten sind aber wieder vorzugsweise in Verlegenheit die männlichen Vegetarianer, da diese für den

Ausfall guten Brodes sich nicht durch selbst zubereitete Hülsenfrüchte entschädigen können und begründeten Verdacht hegen müssen, dass man ihnen die in Restaurationen besonders bestellten und ganz besonders bezahlten Gerichte trotz Letzterem dennoch in Bouillon geschwängertem Kochgeschirr oder gar nach Entfernung des von Saft und Kraft durchdrungenen, beim Kochen verwendeten Wassers mit einem Zusatz von Bouillon etc., bereite. Man wende nicht ein, dass hier noch immer die Milch als Ersatzmittel übrig bleibe. Kuhmilch, Ziegenmilch etc. ist kein naturgemässes Nahrungsmittel für Menschen und die Milch der Frauen ist naturgemäss immerhin nur ein Nahrungsmittel für Kinder und streng genommen nur für ihre Kinder. Aus beiden anzuerkennenden Umständen folgt, dass ein Erwachsener Milch, welcher Art es sei, stets nur als Auskunftsmittel zu seiner Ernährung verwenden darf. (Vgl. übrigens das S. 134 u. 135 des Vereinsblattes vom Grafen Zedtwitz über „Milch“ Gesagte.) Dem in der Uebergangszeit vom System naturwidriger zu dem naturgemässer Ernährung Befindlichen mag Milch unterstützend dienen. Je mehr aber bereits die chemische Beschaffenheit des Blutes und der Organe eine absolut normale geworden, je weiter das räumliche Missverhältniss der Organe des Verdauungsapparats zurück getreten ist, je mehr der Letztere vom Joch fieberhafter Zwangsverdauung sich emancipirt oder von der nach den Jahren fieberhafter Thätigkeit eingetretenen Abspaltung erholt hat, desto weniger dürfte Milch und was von derselben herrührt, ein naturgemässes Nahrungsmittel für Erwachsene sein. Beachte man ferner, dass die Natur die Milch nur gehörig mit Speichel versetzt in den Magen gebracht haben will, dass sie eine Einspeichelung vorschreibt, wie diese wohl durch Aufsaugung je eines Tropfens und durch diese hervorge-

rufene Entleerung sämtlicher Speicheldrüsen des Mundes möglich ist, so kann man das Urtheil nicht länger zurückdrängen, dass Milch, streng genommen, wohl ein Nahrungsmittel für den Säugling, jedoch nicht für den käuenden Erwachsenen ist und zwar ebensowenig als Fleisch, Ei, Honig, Salz u. s. w. für den Menschen überhaupt. Nichtsdestoweniger ist Milch dennoch ein vortreffliches Auskunftsmittel für den Vegetarianer der oben geschilderten Lage; vorausgesetzt, dass die Milch eine gesunde sei. Dies aber kann sie in denjenigen Gegenden niemals sein, in welchen das Zuchtvieh den ganzen Sommer hindurch nie auf der Weide zu sehen ist, sondern stets nur in Ställen gehalten wird, wie es z. B. im Süden von Deutschland meistentheils der Fall ist.

Ein anderer Einwand dürfte dahin erhoben werden, dass ein vereinzelt lebender Vegetarianer sich ganz gut den Brodteich selbst bereiten und behufs des Weiteren zum Bäcker schicken könne. Aber das Mehl? Nun er müsse Weizen zu Schrot mahlen lassen oder es selbst thun. Das Erstere könne in „jeder Mühle“, das Letztere „in jedem Haushalt auf einer Handmühle geschehen“. (S. v. Seefeld. Studien über Gesundheit und Krankheit S. 51.) Hierauf wäre zu erwidern, dass von den mit „jeder Mühle“ bezeichneten gewerbmässig betriebenen Mühlen die „Kunstmühlen“, welche man wenigstens von Frankfurt ab südwärts ausschliesslich kennt, auszunehmen sind. Diese Mühlen liefern wohl in demselben Augenblick 5 bis 6 Sorten Mehl, aber kein Schrotmehl. Lässt sich aber endlich einmal ein Müller nach vielen guten Worten und geduldigem wiederholtem Warten und Vertrösten des Extrakunden gnädigst herbei, die zum Schroten nöthige Umstellung in seiner Mühle vorzunehmen, so geschieht das jedenfalls nur, nachdem Letzterer sich zur Abnahme von wenigstens 100 Pfund Schrotmehl, aus dem doch noch die

kleberhaltigsten Theile entfernt werden, verpflichtet und sich somit in die Lage gebracht hat, späterhin für mehrere Wochen widerlich schmeckendes Brod aus schlecht gewordenem Mehl zu essen oder einen guten Theil seines Vorraths weg zu schütten. Was den andern Weg betrifft, das Getreide „auf einer Handmühle“ zu bereiten, nun ja, so kann das in „jedem Haushalt“ geschehen. An diesem aber fehlt es im vorliegenden Fall, in welchem der Betreffende ein bis zwei Zimmer bewohnt, die vielleicht ausserdem noch zu Berufsgeschäften mit andern Personen dienen müssen: wie ist hier eine Mühle und Backgeräth zu placiren. Man denke z. B. nur an einen Studenten, der möglicherweise mit jedem Semester seinen Aufenthaltsort ändern muss und nicht aus einer vegetarianischen Familie stammt, die ihn mit dem hier einschlagenden Nöthigen versehen würde. Es bedarf das keiner weiteren Besprechung und es wird hinlänglich erwiesen scheinen, wie wichtig es ist, das begonnene Verzeichniss der Schrotbrod bereitenden Bäcker weiter zu führen.

Damit soll aber keineswegs gesagt sein, dass ein solcher Vorgang dem geschilderten Bedürfniss radical abzuhelfen im Stande wäre. Wie unzureichend dies Mittel ist, zeigt sich darin, dass seine Existenz wie Güte von der Willkür Einzelner abhängen, die, nach dem jetzigen Stand der Dinge, ausschliesslich oder wenigstens mehr aus geschäftlichem Interesse, als nach vegetarianischen Grundsätzen handeln. Hinsichtlich der Existenz des Mittels haben wir die Erfahrung gemacht, dass vor anderthalb Jahren noch an vielen Orten Deutschlands Grahambrod gebacken wurde, an denen längst keins mehr zu haben ist. So war es damals in meiner Vaterstadt Hamburg überall zu bekommen. Jedoch alsbald bemächtigte sich die zu speculative Industrie der Sache. Man zeigte „ächtches“ Grahambrod an. Mithin war auch dem unächten ein

Dasein eingeräumt worden. Das ächte wurde immer unächter, das unächte wollte Niemand und jetzt denkt man nicht mehr an Grahambrod, weil sich nichts damit verdienen lässt. Was aber die Güte des Mittels anbetrifft, auf dessen Stationen genanntes Verzeichniss hindeutet, so mag theils das so eben über „ächtes“ Grahambrod Gesagte die Behauptung illustriren, dass wir in dieser Hinsicht so gut wie verrathen und verkauft sind; theils aber auch die Mittheilung, dass ich mich vor einigen Tagen nach Speier aufmachte, um mit dem Bäcker Hofmann (s. S. 174 des Vereinsblattes) daselbst regelmässige Zu- und Versendungen von Brod zu verabreden. Der gewünschte Erfolg aber konnte nicht zu Stande kommen, indem Herr H. wohl Brod nach Recepten von Liebig und einem Schüler desselben, aber kein Grahambrod bereitet. Und so sehr, wie Letzteres zu empfehlen ist, ebenso sehr ist, wie theoretisch leicht zu erweisen und nach meiner Erfahrung für mich unzweifelhaft, vor Ersterem aus diätetischen Gründen zu warnen.

Könnte unser Verein schon jetzt beschliessen, so würde ich bei demselben beantragen, sich die Anfertigung und Versendung von gutem Brod, selbstverständlich gegen Bestellung und vollkommene pecuniäre Sicherheitsleistung für sämtliche Kosten auf längere Zeit, zur Aufgabe zu machen. Wo bei grösseren Entfernungen, die Uebersendung des Brodes als Frachtgut gewünscht wird, müsste Grahambrod in Form von Schiffszwieback bereitet werden, den dann auch Reisende von ihrer Heimath aus sich hier und dorthin nachschicken lassen könnten.

Eine derartige Einrichtung würde aber noch einen anderen bedeutenden Erfolg haben, nämlich Diejenigen zu gewinnen, die uns nicht aus blossem Vorwand, sondern ernst gemeint auffordern, ihnen in oben angegebener oder ähnlicher Weise ein gutes Brod anzuweisen,

wenn sie sich entschliessen sollen, sich unserm Streben zuzugesellen. Wir dürfen nicht einwenden, dass die so sich Annähernden von der Bedeutung unserer Sache nicht durchdrungen sein können und uns niemals angehören werden, denn wir wissen mehr oder weniger zu gut, dass die Wege mannigfaltige sind, die in den Tempel führen, an dessen Altar der Pilger erkennt, dass der Vegetarianismus nicht nur das Princip der vegetativen Seite des Menschenlebens, sondern das Princip alles vernünftigen Daseins in jeder Lebensrichtung ist. Auch durch blosser Gewöhnung kommen und führen wir zur Erkenntniss. Unser Verein aber hat, wie jeder für eine allgemeine, so tief in's alltägliche Leben eingreifende Idee wirkende Verein, nicht nur den Beruf, durch Lehre und Beispiel seinen Gedanken zu realisiren, sondern auch dadurch, dass er dem zu Bekehrenden die Gelegenheit bereite, verwerfliche Gebräuche und Gewohnheiten abzulegen.

Was nun zur Zeit aus den Eingangs angeführten Gründen vom Gesamtvereine zu erlangen nicht möglich ist, sollten die Localvereine, wie wenige ihrer auch immerhin vorhanden sein mögen, beschränkt oder unbeschränkt auszuführen streben. Wenigstens sollten diese ihren Mitgliedern gegenüber die besprochene Einrichtung garantiren. Und wenn sie dann nach dem Vorgange des Nordhäuser Vereins auch Auswärtigen den Beitritt gestatten würden, so möchte es leicht kommen, dass sie bald nicht nur an Personenzahl, sondern auch an Kasse zunehmen und unsere Sache fände die Bedingungen nicht nur als moralische, sondern auch als reale Macht sich auszudehnen.

Schliesslich möchte ich noch diejenigen Vereinsgenossen, welche practischere Vorschläge zur Hebung des in Rede stehenden empfindlichen Bedürfnisses zu machen im Stande sind, auffordern,

dieselben vorzutragen. Geschehen aber muss etwas, um dem vereinzelt lebenden Vegetarianer wenigstens in dieser einen Hinsicht seine oft recht bitter empfundene äussere Lage zu erleichtern. Damit aber nicht die Annahme, als hätte ich nur für mich plädirt, den etwaigen guten Eindruck meiner Worte abschwäche, will ich noch hinzufügen, dass ich zwar aus eigener bald siebenjähriger Erfahrung weiss, wie wichtig der Genuss und wie nachtheilig der Mangel guten Brodes ist, dass ich aber zur Zeit die nöthigen Vorkehrungen getroffen habe, jene Erfahrung am Mangel nicht weiter machen zu müssen.

Heidelberg, 4. August 1869.

Dr. Dan. Isenhorst.

(Vergleiche hierzu unter S. 206—7.)

Der Staatsanzeiger für Württemberg

vom 27. Juli d. J. brachte einen Artikel von Dr. G. Jäger in Wien gegen den Vegetarianismus. Eine Entgegnung hat der Staatsanzeiger, wie uns mitgetheilt wird, nicht aufgenommen.

Herr Dr. Jäger erkennt an, dass die vergleichende Anatomie lehrt: Der Mensch stimmt in Bezug auf Magen, Zähne und Darm mit dem Affen überein. Aber er leugnet, dass der Schluss, welchen wir mit den berühmtesten Vertretern eben dieser vergleichenden Anatomie daraus ziehen, nämlich, dass der Mensch wie der Affe ursprünglich und naturgemäss ein Fruchtfresser sei, — zutrefte. Er führt hierfür drei „Thatsachen“ an.

1) Hr. Dr. Jäger beruft sich darauf, dass die Affen des zoologischen Gartens, dem er vorstand, oder vorsteht, Mäuse, gekochtes und rohes Fleisch mit Appetit verzehrt, dadurch weniger an der Tuberculose litten, und dass sie auch im Naturzustande Insekten aller Art, Käfer, Raupen, Schnecken, Heuschrecken, Vogeleier und junge Vögel verzehren. Also sei der Affe auch Fleischesser, bedürfe zu seinem Wohlsein beiderlei Nahrung. Herr Dr. Jäger

ladet daher die Vegetarianer ein, wenn sie die von der Anatomie und Zoologie, wie sie sagen, sanctionirte naturgemässe Lebensweise halten wollen, auch Maikäfer, Engerlinge, Regenwürmer, Spinnen und ähnliches Ungeziefer auf ihre Speisekarte zu setzen.

Wir entgegnen dem Hrn. Dr. Jäger: 1) dass Beobachtungen obiger Art an gefangenen Affen nichts beweisen. Es ist bekannt, dass man durch Gewohnheit und Zwang Thiere, die ihrem normalen Boden entnommen sind, mit sehr vielen Dingen nähren kann, die für ihren Organismus entschieden nicht angezeigt sind. Was dagegen die angebliche Heilwirkung anlangt, so unterliegt dieselbe dem alten Propter und Post hoc auf die eclatanteste Weise, denn wenn Herr Dr. Jäger Recht hätte, so wäre ja nicht nur den gefangenen schwindsüchtigen Affen, sondern auch den schwindsüchtigen Menschen, wie er selbst sagt, geholfen, sie brauchten nur — Fleisch zu essen, am besten vielleicht den Liebig'schen Fleischextract, der den Titel führen könnte: „Keine Schwindsucht mehr“! 2) Was Herrn Jägers Behauptung von den wild lebenden Affen aussagt, dass sie auch Insecten etc. verzehren, ist nichts Neues. Neu ist nur, dass Herr Dr. Jäger den Schluss macht, weil der Affe zuweilen auch Insecten etc. frisst, darum ist er auch Insectenfresser, Fleischfresser! In der Wirklichkeit ist es **nicht wahr**, dass der Affe höherer Art in seinem natürlichen Zustande, **wenn er die Wahl hat**, Insecten und Würmer etc. der ihm entsprechenden reifen Frucht zu seiner **wesentlichen** Nahrung vorzöge, und in der Wissenschaft bleibt der Unterschied zwischen Pflanzenfressern, Fruchtfressern, Insectenfressern und Fleischfressern mit seinen anatomisch-physiologischen Begründungen bestehen, wenn sie auch Herr Jäger verwischen möchte um den Vegetarianer verspotten zu können. Nicht sie, sondern die Carnivoren sind es, die sich auch Maikäfer

einmachen, Schnepfendreck essen, faulendes Fleisch am schmackhaftesten finden (haut goût!) und — ländlich sittlich — hier und da sogar zur Pthirophagie sich erheben! Wem's gefällt.

2) Die zweite „Thatsache“, welche den Satz des Dr. Jäger beweisen soll, ist diese, dass „alle pflanzenfressenden Vögel, Säugethiere und Fische ohne Ausnahme in ihrem Jugendzustande von thierischer Nahrung leben, und dass fast jeder Versuch, sie in dieser Lebensperiode mit Pflanzenstoffen zu ernähren, Tod und Sicthum verursacht.“

Warum werden hier Fische, Vögel und Säugethiere in eine Klasse geworfen? Doch wohl nur um etwa so zu schliessen: da die Vögel frühzeitig von Rüpchen leben, so muss auch der menschliche Säugling alsbald — wenigstens Bouillon haben! Dem Einfältigen mag das imponiren. Seine Gedanken reichen nicht so weit, zu fragen, wer denn dem jungen pflanzenfressenden Säugethiere, dem Kälbchen etwa, wenn seine Milchnahrung aufhört, mit Fleischnahrung oder sonstiger thierischer Speise aufwartet. Herr Dr. Jäger aber wagt mit solchen verdeckten Trugschlüssen, den Finger auf die Vegetarianer gerichtet, zu sagen: „wer seinen Kindern in der Wachstumsperiode die gleiche Kost (nämlich Pflanzenkost) zumuthet, begeht eine Handlung, die ihm eine Verantwortung zuzieht“!

Wir Vegetarianer sind es gerade, die dem Kinde ausschliesslich die Muttermilch vindiciren und zwar so lange als möglich. Beim Uebergange aber und nachmals gebührt ihm ausschliessliche Frucht- und Pflanzendiät nach Analogie aller pflanzenfressenden Säugethiere. Millionen Menschen sind Zeuge, wie kraftvoll man dabei gedeiht, und will Herr Dr. Jäger Vegetarianer-Kinder sehen, die ohne thierische Nahrung normal gedeihen, so stehen die Beispiele zu Diensten.

3) Die dritte „Thatsache“, die uns widerlegen soll, ist diese. Die vergleichende Anatomie lehre, dass die Grösse eines Organs in geradem Verhältniss zu der Arbeit steht, die ihm auferlegt ist. Nun haben die Fleischfresser einen viel kürzeren, kleineren Darm und kleineren Magen als die Pflanzenfresser, also legt die Pflanzennahrung den Verdauungsorganen eine viel schwerere Arbeit auf als die Fleischnahrung (wie auch die mikroskopische und chemische Zergliederung dieser Nährstoffe zeige), ja bei Fleischfressern werde der Darm grösser, wenn man sie mit Pflanzen nähre. „Wem es also Vergnügen mache, seine Verdauung in die Länge zu ziehen, der habe am Vegetarianismus ein sehr bequemes Mittel.“

Zunächst könnten wir aus den gemachten Voraussetzungen mit gleichem Spotte schliessen; „Wem es also Vergnügen macht, seine Verdauung abzukürzen — das heisst, da er nach Verdauung einer Ration desto eher eine zweite bedarf, — sich zum Vielfrass zu erziehen, der muss sich ganz der thierischen Nahrung zuwenden; und in der That giebt es nicht nur leidige Beispiele hierfür, sondern es ist auch bekannt, dass eben dadurch der Schwindsucht der Boden bereitet wird. Bloss von der Jagd lebende Indianer-Stämme und evident fleisshessende englische Familien zeigen dieselbe Eigenschaft, sie neigen zur Schwindsucht, wie Humboldt und englische Aerzte bezeugen.

Aber die Voraussetzungen selbst sind theils unrichtig, theils einseitig. Die Grösse des Organs steht nicht absolut im geraden Verhältniss zu der ihm auferlegten Arbeit. Der Esel müsste sonst ein äusserst feines Gehör, am Ende musikalische Fühlung haben. Der Satz ist eben nur vergleichsweise richtig. Hinge die Verdauung **allein** von der räumlichen Ausdehnung der betreffenden Organe ab, so liesse die Folgerung sich hören. Nun aber hängt sie von vielen andern Umständen ab, zum Beispiel

vom Speichel. Es wäre zu wünschen, dass die Herren Physiologen die Speichelarten der Fleischfresser, Fruchtfresser und Pflanzenfresser genauer als bis jetzt geschehen zu sein scheint, prüften, so würden sie ohne Zweifel bedeutendere chemische Unterschiede finden als bisher. Denn wenn des Darmes Grösse allein massgebend wäre, so müsste, was ein Grasfresser verdaut, vom Fleischfresser wenigstens ein wenig verdaut werden, wir meinen, das Stroh müsste Spuren der Zersetzung im Magen des Fleischfressers erfahren, und umgekehrt müsste der Langdarm den Frass des Carnivoren nur noch schneller verdauen. Keines von beiden ist der Fall, und weist ebendarum auf verschiedene Gesamtorganisation. Und hier ist der Punkt, wo so viele irre gehen, indem sie nur den Gegensatz von Fleischfressern und Grasfressern anerkennen, die mitten inne stehenden Fruchtfresser in ihrer Eigenart aber nicht anerkennen wollen.

Was die „Darmverlängerung“ der Fleischfresser durch „Pflanzenkost“ anlangt, so mag es sein, dass diese Wirkung in gewissem Grade eintritt; vielleicht träte sie auch ein, wenn man den Fruchtfresser (den Menschen) als Grasfresser behandeln und ihn mit Stroh und Heu etc. nähren wollte. Der spottende Schluss des Herrn Jäger beruht aber, wie man da sieht, auf einer *petitio principii*, denn er müsste eben erst beweisen, dass der Mensch Fleischfresser ist, im wissenschaftlichem Sinne des Wortes, wenn er glaubt Erfahrungen, die man an Fleischfressern gemacht hat, auf ihn anwenden zu können. Im Gegentheil, wäre der Mensch Fleischfresser, so müsste nach Herrn Jägers Theorie das menschliche Geschlecht nachgerade in nahezu drei Klassen zerfallen: Kurzdärmige Fleischfresser, mitteldärmige Fruchtfresser und langdärmige Grasfresser — wohin führt solche Theorie?

Hr. Dr. Jäger sagt am Schluss, dass „die Anrufung der vergleichenden Ana-

tomie zu Gunsten des Vegetarianismus selbst schon Anatomen und Physiologen von Fach, wie ihm bekannt sei, stutzig gemacht.“ Also die Anatomen und Physiologen von Fach sind doch schon theilweis stutzig geworden, da wir Vegetarianer ihnen die **Thatsache** vorführen, dass der Mensch als Fruchtfresser — wozu die Natur ihn bestimmte — normal leben kann und theilweis seit Jahrtausenden gelebt hat, während er, jemehr er dem Fleischfresserthum dauernd zuneigt, dem Siechthum jeder Art und zuletzt dem unnatürlichen Tode verfällt. Herr Dr. Jäger hätte besser gethan, sich mit dieser Thatsache zu beschäftigen, statt ihr durch „Thatsachen“, die sich als Trugschlüsse entpuppen, spottend aus dem Wege zu gehen. Den Würtemb. Staatsanzeiger aber kennen wir schon (siehe oben Seite 89) und dass er keine Entgegnung aufnimmt, zeigt, was er seinen eigenen Gründen für Beweiskraft zutraut.

E. Baltzer.

Wie's mir mit dem Essen in der Fremde ging.

Wenn der Vegetarianer sich häuslich eingerichtet, und also seine einfachen Lebensbedürfnisse nach Wunsch befriedigen kann, da hat es keine Noth. Aber wenn ihm einmal die Lust zum Reisen ankommt, zumal in dieser noch so verdorbenen carnivoren Menschenwelt, da stösst er auf allerlei Hindernisse, an die er vorher nicht immer gedacht hat.

Schon seit mehreren Jahren hatte ich den sehnlichsten Wunsch, einen Ausflug in die „warme Erde“ zu machen, um einmal daselbst nach Herzenslust in dem Universalbuche der Natur zu studiren, in dem Buche mit unzähligen Blättern, das noch Niemand ausgelesen, und in welchem man, je mehr man darin liest, immer neue Räthsel zu lösen bekommt.

Ich hatte Orizaba und Umgegend zu meiner Expedition ausgewählt, und ich bin soeben dabei, die Beschreibung

dieser Reise auszuarbeiten, die wohl leicht ein Büchlein von hundert und mehr Seiten füllen wird.

Für unser Blatt will ich nur einen Punkt hervorheben, nämlich wie es mir in Betreff der Lebensweise ergangen ist.

Um möglichst frei und unabhängig in Bezug auf meine Lebensmittel zu sein, hatte ich bereits einen Monat vor meiner Abreise das Essen im Speisehause aufgegeben und lebte nur von Brod, Maiskuchen (mexikanisch: thascáale) und Obst, wovon hier täglich eine so reiche Auswahl zu haben ist.

Um keine Zeit zu verlieren, und alle zu dieser Excursion nöthigen Sachen sogleich zur Hand zu haben, hatte ich mein Reisegepäck bereits 8 Tage vorher fortgeschickt. In demselben gingen auch 6 Brode und einige Pfund Weizenschrot mit und ich hoffte, wenigstens drei Wochen damit zu reichen.

Am 3. Mai reiste ich von Mexico fort, mit Brod und Früchten versehen. Den 1. Tag gings bis Puebla (21 MI.) und den 2. bis Orizaba (24 MI.). Ueberall, auf der Eisenbahn, im Postwagen, auf öffentlichen Plätzen und im Familienkreise, bei Armen und Reichen, wo meine Lebensweise die besondere Aufmerksamkeit auf sich zog, benutzte ich die Gelegenheit, das „Evangelium vom täglichen Brod und der Gesundheit“ zu predigen, und ich habe viele höchst interessante Unterhaltungen darüber gehabt und manche Notizen gesammelt, manchen Carnivoren, Raucher, Wein- und Kaffeetrinker von seinem Irrthum zu überzeugen gesucht, so dass hier und da ein Körnlein auf gut Land gefallen, das früher oder später seine Früchte tragen wird.

Ich wohnte auf einem sehr reizend gelegenen Landgute (1½ Stunde nordwestlich von Orizaba nach dem Pic zu), das einem hiesigen Engländer gehört, dessen Kinder ich unterrichtete. Das Gut producirt Zucker, Branntwein, Tabak, Kaffee und Mais.

Mein Reisegepäck war bereits angekommen. Ich öffnete meine Koffer und Kisten und siehe da! Von den sechs Broden waren fünf gänzlich schimmelig geworden. Das machte mir gleich einen dicken Strich durch die Rechnung. In drei Tagen war mein Brod verzehrt. Was war also zu thun?

Ich hatte dem Administrator des Gutes bereits bei Tisch meine Lebensweise mitgetheilt; und er bat mich daher, doch nur zu sagen, was und wie ich mein Essen wünschte. Da ich kein Brod mehr hatte, bestimmte ich mich für Reis, aber ohne alle Zusätze. Auch nahm ich einiges von dem Gemüse und die hier überall üblichen Maiskuchen, welche das Brod einigermaßen ersetzten.

Jeden Morgen 4 Uhr nahm ich ein sehr kurzes, frisches Bad in dem nahen Teiche und gegen 6 Uhr wanderte ich fort auf die Felder und Berge oder in die Bergschluchten (barrancas), welche hauptsächlich dem Naturforscher reichen Stoff zum Nachdenken und dem Sammler grosse Ausbeute an Pflanzen, Insecten und Mineralien darbieten.

Da ich früh Morgens noch nichts zu essen haben konnte, nahm ich einige Löffel von meinem Weizenschrot, woran ich mich schon in Mexico eine Zeitlang gewöhnt hatte. Zu meinem Spaziergange nahm ich Früchte mit. Aber auch diese fehlten mir zuweilen, wenn der Bote, der täglich nach der Stadt ritt, meinen Auftrag vergessen hatte. Im Garten des Gutes waren zwar sehr viele Bananen (plátanos), aber noch nicht reif. Um also nicht ganz mit leerem Magen meine Strapazen zu machen, liess ich mir von der Köchin einige Maiskuchen (span: toctillas, Tortillias) geben, die 8—10 Stunden vorhalten mussten.

Bei Tisch war ich, wie gesagt, meist nur ein müssiger Zuschauer und konnte also viel zur Unterhaltung beitragen. Der Administrator meinte, dass er in seinem Leben noch keinen so

billigen und bequemen Gast, wie mich, gehabt habe. Doch fügte er hinzu, wenn alle Menschen so lebten, wie ich, was er dann mit allem Zucker, Kaffee, Tabak und Branntwein anfangen sollte? Das gab dann Gelegenheit zu sehr interessanten Gesprächen, wobei ich niemals unterliess, auf die Nachteile dieser Producte auf die Gesundheit hinzuweisen, sowie mir Notizen über den Ertrag und Consum derselben zu machen.

Da der Administrator sah, dass ich bei meiner sehr einfachen Lebensweise gesund und kräftig war und meine langen Spaziergänge bewunderte, fing er an zu begreifen, dass das Fleischessen durchaus nicht nöthig sei; denn alle seine Feldarbeiter ässen täglich nichts weiter als Bohnen und Maiskuchen und wären dabei frisch und gesund. Da er, wie er mir erzählte, öfter unwohl war und sehr an Verdauungs-Beschwerden litt, erklärte ich ihm die Ursache, die ihm einleuchtete. Er ass daher sehr wenig Fleisch, trank keinen Wein und nahm dafür Reis und Früchte.

Wenn ich auch meinen Hunger mit den beliebten Maiskuchen und Bananen stillen konnte, so fehlte mir doch immer mein Graham-Brod, an das ich mich seit 6 Monate gewöhnt hatte. Ich ging deshalb nach Orizaba zu einem Müller, der gerade sehr guten, körnigen Weizen mahlte; wenigstens schmeckte mir das Schrot vortrefflich. Ich kaufte ¼ Centner, um eine Probe zu machen, liess dasselbe zu dem Bäcker bringen, der für das Gut täglich das Brod lieferte.

Ich gab dem Bäcker auf, mir zwei Brode zu backen, 2 bis 2½ Pfd. schwer, ohne Salz und Sauerteig, wenig Wasser zu nehmen, die Menge tüchtig durchzukneten und die gehörige Zeit im Ofen zu lassen.

Doch das Brod war nicht zu genießen, es hatte zwar kein Salz und keine Hefen, wog aber wol 10 Pfd., war sehr klitschig und gar nicht ausge-

backen und nach zwei Tagen in dem warmen und feuchten Klima durch und durch schimmelig geworden. Das Brod diente mir nur, statt zum Essen, zum Studium der Schimmelpflanzen, welche es in allen Farben zeigte, roth, gelblich, grau, blau und schwärzlich.

Ich schickte dem Bäcker ein Stück davon, und beschrieb ihm nochmals die Art und Weise dasselbe zu backen. Doch auch der zweite Versuch gelang eben so wenig, so dass ich davon ablassen musste. Ich versuchte das sogenannte Franzbrod, dass mir aber des Sauerteigs, Salzes, und wohl gar Fettes wegen nicht munden wollte. Dann dachte ich, da die Kühe so ausgezeichnete Weide hatten, willst es einmal mit frischer Milch versuchen, um des Morgens, vor meiner Wanderung, meinem Magen eine kleine Vor- oder Grundlage zu geben, da mir öfter die gewohnten Lebensmittel fehlten. Den Tag über war ich mit meinen naturhistorischen Sachen beschäftigt und vergass dann zuweilen, mich mit Früchten zu versorgen. Die Milch hatte ich schon seit 2 Monaten in Mexico aufgegeben und statt derselben das in Mexico sehr gebräuchliche Maisgetränk, Atolle genannt, (ähnlich wie etwas dicke Mehlsuppe bereitet) jeden Morgen genommen. Diese konnte ich leider auf dem Gute nicht bekommen, obgleich man dieselbe sehr leicht hätte herstellen können. Ich machte einen Versuch mit frischer Milch und Franzbrod; doch beides widerstand mir. Die Milch schmeckte zwar ganz angenehm, aber sehr salzig, da die Kühe jeden Morgen Salz bekommen. Ich gab sie also wieder auf und blieb bei meinen Maiskuchen, Reis und Früchten, nachdem ich mir selbst einen tüchtigen Verweis gegeben, nicht ohne die grösste Noth vom rechten Wege wieder abzuweichen.

Von Orizaba aus machte ich noch einen Abstecher nach Tuspango,

ebenfalls eine grosse Zuckerplantage, wo ich zwar sehr viel neue Pflanzen und Insecten fing, aber eine ungeheure Hitze auszustehen hatte, und wozu mein dunkler Anzug mir sehr lästig war. Von dort aus ging ich nach Córdoba, wo ich bei einem Landsmann logirte, der sich nicht genug wundern konnte, dass ich von dem grössten Theil der Speisen nichts nahm, und die Hausfrau schien sehr in Verlegenheit und meinte, dass ich hungrig vom Tische aufstehen würde, worüber ich sie natürlicher Weise völlig beruhigte. Ein Herr, der mit bei Tisch sass, meinte, ob ich krank sei, weil ich kein Fleisch ässe und keinen Wein tränke und nicht rauche und keinen Kaffee trinke. Da ich ihn darüber belehrte, meinte er, ich führe ein wahres Einsiedlerleben. Ich hatte noch einige Empfehlungsbriefe an verschiedene Häuser und wollte daher noch nach Huatusco, Mirador etc., aber meine Zeit war abgelaufen und ich musste wieder ernstlich an meine Rückreise denken.

Reich beladen mit Pflanzen (eine Kiste voll mit den verschiedenartigsten Orchideen), Insecten, Mineralien, Zeichnungen nach der Natur, einige Hefte Reisenotizen und mit einem kleinen Schatz von gesammelten Erfahrungen, ging ich am 15. Juni wieder von Orizaba fort. Im Posthause zu Puebla muss jeder Passagier für Nachtlager und Essen 2 Dollar bezahlen, obgleich ich von dem ganzen Essen nichts geniessen konnte. Ich versah mich mit Früchten und gutem Franzbrod.

Am 16. Juni Abends traf ich wieder in Mexico ein. Mein erster Gang war sogleich zu meinem Bäcker, der mir zum folgenden Tage mein Brod lieferte. Doch das Brod wollte mir nicht so schmecken wie vorher; ein Beweis, wie mein Geschmack durch die Reise wieder verdorben war. Es dauerte wohl über 14 Tage, bis der reine Geschmack sich wieder einstellte.

Vom Juli an giebt's hier so viele

und schöne Früchte, dass man zuweilen das Brodessen vergisst.

Ich habe mir 4 Kruken „Rheinisch-Kraut“ bestellt, um einmal eine Probe damit zu machen und den angenehmen Geschmack deutscher Aepfel, Birnen, Pflaumen und Trauben zu haben.

Und nun zum Schluss wünsche ich meinen Freunden, dass sie auch einmal eine Reise machen und in Gegenden kommen, wo sie die nöthigen und gewohnten Nahrungsmittel nicht immer bekommen und mir dann erzählen, auf welche Weise sie sich geholfen haben!*)

Mexico, 28. Juli 1869.

L. Hahn.

Vorurtheil und Volkssitte!

Wie alle neu in's Leben tretende Zeiterscheinungen, so hat auch unser Vegetarianismus, insofern wir ihn als Rückkehr zu einfacheren Lebensformen erfassen, viel, ja wohl das Meiste mit dem Vorurtheil zu thun.

Bezugnehmend auf einen früheren Artikel in Nr. 8 dieses Vereins-Blattes „Freiheit für die Füsse“ gilt die That-

*) Ich selbst z. B. war diesen Sommer in einem Ostseebade, und führte Weizenschrotmehl, Spiritus und einen Kocher bei mir. Mit 2 % Spiritus bereitete ich mir wie im Berliner Hôtel so in der Fischerhütte am Strande meine unübertreffliche Atolle selbst in Zeit von wenigen Minuten! Etwas Obst findet sich leicht, an der Ostsee wenigstens Beeren die Fülle, wer sie liebt, auch gute Milch. Wer es noch einfacher will, der nehme Zwieback, aber Weizenschrot-Zwieback mit, der nicht schimmelt und sehr leicht ist, nur des Wassers bedarf, bevor man ihn geniessst. Wenn das Weizenschrotbrod flach gebacken (1—1½ Zoll hoch) und nicht in verschlossenen, dunklen oder gar feuchten Räumen (z. B. auch Reisekoffer) lange aufbewahrt wird, sondern an Licht und Luft, so schimmelt es nicht. Dasselbe Brod, 2 Tage pr. Post versendet, und dann an luftigem, lichtem Platz aufbewahrt, blieb 14 Tage schön und wohlschmeckend, dasselbe mit Kirschchen in einer verschlossenen Schachtel gehalten, war am 5. Tage schimmlich und fadig.

E. B.

sache, dass die arbeitende, die ärmere, namentlich die ländliche Bevölkerung in unserm Schlesien vom Frühjahr bis Spätherbst gänzlich barfuss geht, was ich auf meinen Wanderungen in anderen Provinzen, namentlich Sachsen und Thüringen als Etwas sehr seltenes gefunden habe. Bei uns gehen Kinder wie Erwachsene im Arbeiterstande in der Erndtzeit barfuss über frisch gemähte Stoppelfelder, ich selbst gehe ohne die geringste Behelligung über frisch spitz geschlagene Chausseesteine.

Wir waren mehrere auf unserer Harztour nach unserm Vereinstag, den 2. Marschtag früh 8 Uhr vom braunen Hirsch in Treseburg abmarschirt, durch das Bodethal, gingen hinauf zur Rosstrappe und ich selbst nach dem Herabsteigen trennte mich an der Conditorei, um von Thale nach Quedlinburg zu fahren. Von dort hatte ich, nach Besichtigung der Stadt und des Brühls, noch Zeit eine kleine Fuss-tour nach Halberstadt zu machen, woselbst ich mir Fischmarkt, Dom und dgl. noch besehen und von da mit der Bahn nach Aschersleben fahren konnte.

Wir hatten damals einen herrlichen Tag, und die Freunde erinnern sich gewiss mit glücklichen Gefühlen an diese Tour. Von Quedlinburg nach Halberstadt also, an diesem prachtvollen Abend wanderte ich, ohne Philosoph zu sein, barfuss, Schaaren von Arbeitern, männliche und weibliche, kehrten von den Feldern heim und alle sahen mich Fremdling mit sonderbaren Blicken an! Nicht Einer von diesen Hunderten konnte barfuss gehen. Sonderbare Menschen! Den Kopf bei diesem warmen Frühlingswehen dicht verhüllt, an den Beinen hohe Knöchelschuhe und dicke blaue Strümpfe! — Sie wundernten sich, wie ich aus ihrer halbplatten Sprache vernahm, dass ich ohne Gefahr so gehen könne, ich musste ihnen zeigen, wie man selbst über die am Wege lagernden Steinhäufen, frisch ge-

schlagen, ohne Schmerzen gehen kann — alles nur Gewohnheit. Es würde freilich interessant sein, wenn festgestellt werden könnte, ob sich in unserm Schlesien bei vielem Barfussgehen etwa mehr oder andere Krankheitserscheinungen zeigen möchten, als wie in anderen Provinzen wo dies nicht der Fall!!

Parchwitz. August Kruhl.

Ersatz für Seide.

Die heutige Welt braucht noch viele Fabrikate, welche das Töden lebender Wesen voraussetzen. Schon Carey bemerkte aber, dass wir in einer unwillkürlichen Bewegung begriffen sind, welche Pflanzenstoffe auch in dieser Hinsicht an die Stelle thierischer Substanzen setzt, wie jede Stahlfeder, mit der wir schreiben, beweist. Zu den schönsten und beliebtesten Geweben für den Bedarf der cultivirten Welt gehört die Seide, und obwohl die Seidenraupe auf der Stufenleiter der Thierwelt tief unten steht, bleibt es doch für den Menschen ein unliebsames Geschäft, Milliarden Raupen erst erziehen und dann um der Seide willen tödten zu sollen. Die Durchforschung der Erde kommt uns zu Hülfe. „In einigen Gegenden des nordamerikanischen Südens beschäftigt man sich, wie das „Ausland“ berichtet (1869 S. 624.), in sehr ausgedehnter Weise mit der Cultur der Ramiepflanze. Ein einzelner Pflanzler am Mississippi bietet 500,000 Stöcke dieser Pflanze zum Verkauf aus und aus Europa laufen in New-Orleans zahlreiche Aufträge auf diese Pflanzenfaser ein. Die Ramiepflanze gehört zu der Familie der Disteln, wird durch Setzlinge ohne Mühe verpflanzt, ist perennirend, und giebt jährlich 3—4 Erndten. Die Fäden dieser Pflanzenfaser sind länger und seidenartiger als Baumwolle und liefern mit Wolle und Baumwolle vermischt einen sehr schönen Stoff, und, unvermischt verarbeitet, ein Gewebe, welches der Lyoner Seide ähnelt.“

Diese Pflanze, *Boehmeria tenacissima*, ist übrigens eine längst bekannte und wurde schon 1814 aus Java zur Untersuchung nach Europa gebracht, wie im „Globus“ 1869 S. 255 mitgeteilt wird. „Sie erregte grosse Aufmerksamkeit, weil sie eine so schöne starke Faser hat, die sich zu feinen Geweben eignet, sich mit dem feinsten Leinen messen kann und seidenartigen Glanz hat“, — aber weiter scheint man sie nicht beachtet zu haben. „In Nordamerika wurde 1867 die erste Pflanze gezogen — und nun ist von Europa grosse Nachfrage“, — weil die amerikanische Faser besser ist als die von Java. Sie verlangt lockern sandigen Boden und gedeiht, wo man bisher Baumwolle zog, aber sicherer; sie leidet nicht wie diese durch Heerwurm und andere Insecten, — weil die Faser von der Rinde umschlossen ist; daher auch Nässe und Dürre weniger Einfluss hat. Die Anlage der Ramiapflanzung kostet wenig Kapital, die für den Spinner zubereitete Faser ist schön weiss, weich und glänzend, nimmt sich wie Seide aus und ist stärker als der beste Flachs.“

Da die Gewinnung dieses Stoffes also unendlich viel leichter und billiger als Seide ist und massenhaft sein kann, so ist vorzusehen, dass die Seidenproduction in den Hintergrund treten und vom Ramiestoff verdrängt werden wird, wie der Gänsekiel von der Stahlfeder.

E. B.

Abraham a St. Clara.

Der weltberühmte weiland Barfüsser-Pater und kaiserlicher Hofprediger zu Wien, Abraham a St. Clara († 1709), geisselt die Schlemmer und Prasser in einer seiner längeren Reden, welche die Ueberschrift führt: „Judas der Erzhelm ist dem übermässigen Essen und Trinken ergeben“ in folgenden charakteristischen Worten:

„Gehe Du nur vornämlich in Deutschland auf alle Kirchhöf und Gottesäcker

absonderlich in Wien, besuche daselbst die Gräber, die Grabsteine, lies die Grabschrift, so wirst Du finden, dass sehr viel *Sepulchra concupiscentiae*, Gräber der Begierlichkeit, herauskommen. Warum ist dieser gestorben und zählte kaum dreimal 10 in seinem Alter? Tröst ihn Gott, er hat zu viel Schweinefleisch gegessen und weisses Bier drein getrunken, das hat ihm den Garaus gemacht. Warum dieser in den besten Jahren hat müssen unter die Erde kommen? Tröst ihn Gott, er hat zu viel ungarischen Wein getrunken und von einem hitzigen Fieber überfallen worden, das hat ihm den Lebensfaden abgeschnitten. — Warum ist dieser in blühender Jugend verwelkt? Tröst ihn Gott, er hat hundert Austern gegessen und süssen Wein drein getrunken, das hat ihm den Rest geben. Warum ist dieser so bald heimgangen? Tröst ihn Gott, er hat alle Tage Fleisch gefrühstückt und das hat ihm zum Tode geholfen. In Summa fast allenthalben *Sepulchra concupiscentiae*: Gräber und Grabstätten der Begierlichkeit.

Entgegen ist die Mässigkeit eine Mutter der Gesundheit und eine Verlängerung des Lebens. Wie alt ist Adam worden? 930 Jahr; das ist ein schönes Alter. Wie lange hat Seth gelebt? 807 Jahr; das ist ein ehrliches Alter. Wie lange hat der Enoch gelebt? 905 Jahr; das heisst eine schöne Zeit gelebt. Wie alt ist Kain geworden? 900 Jahr; das ist eine lange Zeit. Wie lange ist Malaleel auf der Welt gewesen? 890 Jahr; das heisst gelebt. Wann ist denn der Noa gestorben? Im 905. Jahre. Das heisst gelebt. Und diesen hat nie der Kopf weh gethan, diese haben nie den Magen geklagt, diese haben nie einen Doctor gebraucht, diese haben um keine Apotheke gewusst, diese haben keine Ader gelassen. Warum? Darum! Sie haben weder Gesottenes noch Gebratenes für eine Speiss gehabt, sie haben weder Fisch noch Fleisch gegessen, sie haben niemals einen Rausch

gehabt, sondern die Kräuter waren ihre Speise, das Wasser ihr Trank.“

Sodann sagt Pater Abraham in einer andern Stelle dieser seiner Rede: „Sodann weiss man auch, wie es sattsam bezeugt der heilige Vinzentius, dass der gebenedeiete Jesus die ganze Zeit, da er auf Erden gewandelt, niemals habe Fleisch gegessen, ausser des Osterlammes, wegen des jüdischen Gesetzes.“

H.

Wieviel?

An Herrn Z. Z. Sie klagen, dass Ihr krankhafter Verdauungs-Apparat Ihnen in keiner Weise einen sichern Massstab darüber gewinnen lasse, wie viel Nährstoff Sie und überhaupt der Mensch zu sich zu nehmen habe und Sie wünschen mein und eventuell der Vereinsgenossen Rath und Ansicht. Gern werde ich, was Jemand Erspriessliches hierüber mitzutheilen hat, in diese Blätter aufnehmen.

Nach meinem unmassgeblichen Dafürhalten lässt sich kein nach Gewichtstheilen bestimmtes Mass für Alle angeben. Cornaro liess sich von Freunden überreden, „seine Speisen und Getränke um 4 Loth täglich zu vermehren, so dass ich anstatt genauer dreiviertel Pfund Speisen, welche vorzugsweise in Brot, Eidottern, Fleisch und Suppe bestanden, nun 28 Lth. und statt 28 Lth. Getränk nun ein Pfund zu mir nahm“ (ed. v. Mundt, S. 17). Man sieht leicht, dass eine solche Angabe nicht bestimmt sagt, wie viel Aequivalente der verschiedenen Nährstoffe Cornaro zu sich nahm. Mir scheint nur, dass die Ration für einen Fleischesser eine ziemlich reichliche war; interessant ist nur, dass die Vermehrung um 4 Loth sofort allmählig erkranken lässt, wie er ebenda ausführlich beschreibt, und dass er ebenda wieder gesundet, als er die 4 Loth wieder weglässt. Wäre er Vegetarianer gewesen, würde er weniger bedurft, das Pfund „Getränk“ weggelassen und sich nicht in der Lage befunden haben zu meinen, bei

jener Menge Nährstoff sei zur Erhaltung der Kraft noch ein Mehreres nöthig.

Es steht fest, dass wir im Durchschnitt viel mehr geniessen, als wir bedürfen und jedes Mehr muss nachtheilig sein. Wir erziehen uns durch die unnatürlichen Reizmittel zur Unmässigkeit, zuweilen geradezu zur Fresssucht. Je naturgemässer wir von Kind auf leben, desto sicherer wird der Instinkt, das Gefühl des Hungers und der Sättigung, uns das quantitative Mass angeben. In krankhaften Zuständen werden wir wohlthun, uns möglichst einzuschränken, und darauf sehen, dass wir qualitativ heilsame Nahrung nehmen. Sie, „ein kräftiger Mann, der sich den ganzen Tag mit leichter Arbeit beschäftigt und oft viel geht und nur Brot und Obst isst“ mögen nur sorgen, dass Ihr Schrotbrot wirklich gut ist und mögen des Obstes ja nicht zu viel geniessen und Sie werden nicht nöthig haben, das Mass Cornaros zu erreichen oder gar zu überschreiten. E. B.

Die Bektaschis.

Unter diesem Titel (der Name einer muhamedanischen Secte) lesen wir in No. 30 der „Europa“ 1869 Folgendes:

„Es war im Jahre 1841, als ich mit dem erwähnten Derwische dieser Secte zusammentraf. Er heisst Belbeloun, war ein Druse aus der Gegend von Balbeck, ein hoher stämmiger Mann mit sehr edlen Gesichtszügen, dunkelbrauner Gesichtsfarbe, mit einem langen, dunklen, von wenig Silberhaaren untermischtem Bart; er trug seinen Schädel nicht geschoren und seine dichten Locken lugten unter seinem hohen oben abgerundeten, krämpfenlosen, grauen Filzhute hervor. Ich hielt ihn für einen Mann von beiläufig 45—48 Jahren.

Es verging kein Tag, an welchem ich nicht mit ihm zusammentraf; er war sehr mittheilsam, lebte ungemein eingezogen und sparsam, trank zuweilen Wein, ass jedoch niemals etwas Anderes als Obst oder gekochten Reis.

Auf mein Befragen äusserte er unter Anderm einst Folgendes zu mir:

„Mohamed hat den Genuss des Weines ebenso wenig verboten, als das Essen vom Fleisch der Thiere gestattet, blos die Unreinen unter uns — und leider ist dies der grösste Theil der Moslem — essen Fleisch, deshalb geht das türkische Reich dem Verfall immer näher und sie leben weder so lang, noch sind sie so gesund und stark als wir, die der reinen Lehre Mohameds treu geblieben sind. Was glaubst Du, Herr, wie alt ich bin? Du hältst mich für 45 Jahre, ich bin nahe an hundert. Bei uns ist es keine Seltenheit, Menschen von 140, 150 Jahren und noch älter zu sehen, ehe sie von ihren Familien und dem gewöhnlichen Leben Abschied nehmen u. s. w.

Ihnen gilt als oberster Grundsatz: Aller Tugenden erste ist die Liebe und zwar nicht die sinnliche, sondern die Menschenliebe im Allgemeinen. Hier dienen ihnen Christus und Plato als Vorbilder, namentlich der Spruch Christi: „Liebe Deinen Nächsten wie Dich selbst“.

Des Leibes Leben ist im Blut.

Willst du, o Mensch, des Lebens Lust,
Des Lebens Frohsinn dir erhalten,
Dann achte, wie in deiner Brust
Dich mahnt der Gottheit ew'ges Walten.
Du ahnst an Deines Herzens Schläge,
Das Triebrad ew'ger Gotteskraft,
Die ewig wirkt und ewig schafft!
Das ist der Gottheit ernste Sprache —
Verscherze diese Mahnung nicht,
O Mensch, die Dir im Busen spricht!

Des Leibes Leben ist im Blut,
Das frisch in deinem Herzen quillet,
Das froh in deinen Adern schwillt,
In stiller, heil'ger Gottesgluth.
Willst du, o Mensch, nun glücklich sein,
So sei's dein heiligstes Bestreben:
Erhalte deines Leibes Leben,
Dein Blut, dein pulsendes, stets rein!
Der frische, frohe Lebensmuth,
Des Leibes Leben ist im Blut.

Soll immer frisch, soll jung und neu,
Das Blut in deinen Adern fliessen;
So bleib von giftigen Genüssen
Und tödtenden Gelüsten frei. —
Doch achtetest du der Mahnung nicht,
Die sich in deinem Busen reget,
Die laut in Deinem Herzen schläget:
Dann droht dir schreckliches Gericht —
Die Folge böser Leidenschaft
Heisst Tödtung aller Lebenskraft.

Des Leibes Leben ist im Blut,
Das pulsend durch die Adern ziehet,
Im Roth, das auf der Wange glühet,
Im Schimmer sanfter Rosengluth.
Willst du dir nun des Lebens Lust,
Des Lebens Frohsinn dir erhalten,
Dann achte, wie in Deiner Brust
Dich mahnt der Gottheit ew'ges Walten:
Verscherze diese Mahnung nicht,
O Mensch, die dir im Busen spricht.
(Aus Chr. L. Zeller, Stimmen aus der
Krankenstube.)

Weizen-Schrotbrod

ist zu haben in Stuttgart bei Wörmle,
Thorstrasse 9 und bei Ilg, Esslinger-
strasse 36, auch (minder gut) bei Con-
ditor Meier in der Hirschgasse, Nieder-
lage von Siegler in Ludwigsburg,
wo auch Bäcker Betsch gutes Brod
führt, in Erfurt beim Bäckermeister
Bendleb, Johannistrasse und Erfurt,
Kürschnerstrasse. — In Leer, Broner-
strasse 73, hat Herr C. Suerdiek für
durchreisende Vereinsglieder offenes
Haus. Ebenso freut sich Herr Robert
Rehbach (in Firma Rehbach u. Mops)
Gesinnungsgenossen bei sich zu sehen:
Hamburg, Hohenfelde, Neustr. hinter 24
Nro. 3.

Zur Brodfrage.

Die meisten Bäcker scheinen nur
ein sehr mangelhaftes Grahambrod zu
verfertigen; Einer sagte mir, das Pu-
blikum wolle es nicht anders haben!!
Ein Bäcker, der es normal lieferte,
könnte schon jetzt durch Versandt ein
gutes Geschäft machen. Ich habe mich
überzeugt, dass (selbstbereitetes) 1 Zoll
hohes reines Grahambrod sich durch

halb Deutschland mit Post versenden
liess und 14 Tage schmackhaft blieb,
wenn es an Licht und Luft aufbewahrt
wurde. Wem das nicht convenirt,
mache die Probe mit Weizenschrot-
Zwieback, wie ihn Herr Schasse, Bäcker-
meister in Berlin, Schönhäuserstr. 15,
liefert, (2 Pfd. Brode, flach, wie Zwie-
back durchgeschnitten und langsam ge-
geröstet, dass es wasserfrei wird) der
sich Monate hält und vor dem Genuss
in Wasser zu weichen ist, oder auch
Zwieback, wie er im Naturarzt Nr. 9
empfohlen ist.

Dass auch Gerste, Roggen, Hafer
sich analog behandeln lässt, haben wir
schon früher betont. Insbesondere ist
zu bedauern, dass so viele Quadrat-
meilen Gerste — dieses „Männermark“
wie Homer es nennt, — alljährlich im
Biere vergeudet werden, statt herrliche
Nahrung zu geben. E. B.

„In mehreren Thälern Tyrols nähren
sich die (sehr kräftig aussehenden)
Bewohner fast ausschliesslich von „Hafer-
korn“, d. h. von einfach geschältem Ha-
fer, der dann ganz so wie Reis behan-
delt wird. Mir haben Suppen von (nach
italienischer Art) ausgequelltem Hafer-
korn recht gut geschmeckt, so dass ich
es als Nahrungsmittel empfehlen kann.
Freilich ist der dortige Gebirghafer
weit vollkörniger als unser Landhafer.

Botzen. Kurz.
(Geh. Mediz.-Rath in Dessau.
D. Red.)

— — „Meine persönliche Meinung
geht dahin, dass der Vegetarianismus
überhaupt und insbesondere die Kern-
lehre Nichts vom getödteten Thiere zu
geniessen, unbedingt wahr und heilsam
ist. Aber zum Uebergange von der
unnatürlichen zur natürlichen Diät be-
darf zumal der Kranke der helfenden
Erfahrung eines Heilslehrers oder Doc-
tors, um die Thätigkeiten des Organismus
zu reguliren und empfehle ich aus

Erfahrung hierfür Herrn Naturarzt
G. Wolbold hierselbst.“

Dresden. A. Klöppel aus Nordhausen.

Literarisches.

Th. Hahn's Naturarzt. Nr. 18
enthält: die Physiatrik (Forts.). Spiri-
tuosen; Medicinalreform. Mittheilungen.

Dr. med. Boruttan, practischer Arzt
in Leipzig: Der Impfwang und die
Naturheilkunde. Ein Beitrag zur Ver-
ständigung über den Inhalt der socia-
len Frage. Leipzig. Priber 1869.
80 Seiten.

Derselbe: Der Volksfreund. Organ
zur Verbreitung der Grundsätze natur-
gemässer Lebens- und Heilweise. Mo-
natlich 1 Nr. Halbjährlich 5 Sgr. Nr.
9 enthält: Die Verdauungskrankheiten
und deren Heilung.

Franz W. Kubiczeck, das Gra-
hambrod. Wien. Selbstverlag. 1
Bog. 5 Sgr.

Derselbe: Meditationen eines Ve-
getarianers. Abdruck aus dem „Ver-
einsblatt“ Wien 1869. 4 Sgr. 12 S.

M. Freiherr v. Eberstein, das
Brod. Organ des wirthschaftlichen
und wissenschaftlich technischen Ver-
eins für Fortbildung des Backwesens
und des Backgewerbes und Sprechsaal
für die einschlagende Technik, sowie
für die Nahrungsfrage über-
haupt. Leipzig, M. Schäfer, 1 Thlr.
halbjährlich, Mitglieder 25 Sgr. —
(Prof. Birnbaum, Dr. Frooher, Dr.
Kerner u. A. sind Mitarbeiter. Wir
werden später berichten, welche Stel-
lung dies neue Blatt zum Vegetarianis-
mus einnimmt. D. Red.)

J. M. Kuhn, Arzt in Seon (Schweiz):
Volksblätter, Nr. 6 und 7 enthal-
ten: „Unser täglich Brod“, „Impfver-
giftung?“, „Tabak ist Gift“, „Mutter
und Kind“. „Dr. Bock als Impfkurirer
aus Leipzig.“ Abonnement jährlich
2 Fr., im Auslande 2 1/2 Fr. Aarau.

Deutscher Verein für naturgemässe Lebensweise.

Mitgliedschaft. Dem Verein beigetreten sind: Hr. Sulzberg, Polytechniker in Zürich; Hr. G. K. Schöttle, Oberlehrer am Königl. Waisenhaus zu Stuttgart, mit Frau und zwei Kindern; Herr Emil Hauff, Buchhändler in Stuttgart; Frl. Eleonore Wallet, Stuttgart; Herr Heinrich Pierau, Graveur in Kiel; Herr W. Paust und dessen Schwester, Frau Doris Klatt in Cröpelin, Mecklenburg; Hr. Fabrikant Kreter, Berlin, Andreasstr. 22; Herr Koerbin, Stud. med. Berlin, Artilleriestr. 2. Hr. J. Huber in Burbach; Hr. Hugo Wernecke, Institutslehrer in Dresden: Herr Ferd. Franz Aicher, Kunstmühlenbesitzer in Münchendorf bei Wien; Hr. Heinr. Schmitz, Salinenfunctionär in München, Theres.-Str. 82. Dem Vereine gehören nicht mehr an: Lehrer Pohone und Frau in Neudorf; J. K. Schuster, Lehrer in Halbendorf; Dr. med. Nagel in Barmen und Alois Mollath in Wiesbaden.

Zur Vereinskasse gingen ein: Von Selm. M. in N. 1 Thlr., J. B. in S. 1 Thlr., Dr. B. in L. 1 Thlr., Dir. P. in S. bei L. 1 Thlr., P. K. in St. 1 Thlr., S. in Z. 1 Thlr., Sch in St. 1 Thlr., M. P. in N. 1 Thlr., N. W. in N. 1 Thlr., Fr. W. in W. 1 Thlr., A. v. S. in H. 2 Thlr., Ingen. K. in H. 1 Thlr., Frau D. in S. 1 Thlr., E. S. in St. 1 Thlr., Br. und Frau in I. 2 Thlr. 10 Sgr., Fr. in H. 1 Thlr., J. H. in B. 1 Thlr. 22 Sgr., C. S. in L. 1 Thlr., Gr. in Amstdm. 1 Thlr., C. L. in W. 1 Thlr., H. W. in D. 1 Thlr., A. in M. bei W. 5 Thlr., Sgd. G. in K. 1 Thlr. 8 Sgr., Dr. E. K. in P. 1 Thlr., E. H. in St. 1 Thlr., St. in R. 1 Thlr., Frl. E. W. 1 Thlr., J. H. S. in B. 1 Thlr., Fr. H. in E. 1 Thlr., Fr. C. T. in W. bei N. 1 Thlr., J. L. in K. 1 Thlr., die Herren K., W. und K. in W. jeder 1 Thlr., Oecon. K. in N. 2 Thlr., R. G. in N. 1 Thlr., Th. P. in A. als Zinsen für 49 Thlr., welche zum Waisenhaus bestimmt sind, 5 Thlr., G. V. in St. bei L. 1 Thlr., Prof. D. in G. 2 Thlr., Major K. in St. 2 Thlr. 10 Sgr., J. C. Sch. in N. 3 Thlr., H. M. in Mmstr. 1 Thlr., H. P. in K. 1 Thlr.

An die Vereinsgenossen.

Jemehr die gegenwärtige Verfassung des Vereins, gemäss den Verhandlungen des Vereinstags (No. 10), den Character des Vorläufigen in mehreren Beziehungen trägt, desto mehr machen wir schon jetzt die Vereinsgenossen darauf aufmerksam, dass die zu verhandelnden Anträge bis zum 16. März 1870 bei uns eingereicht sein wollen (Statut § 6). Manche Anträge, namentlich solche, welche die Verfassung, die Gründung eines Vereinsblattes etc. betreffen, dürften aber auch schon vorgängige Besprechungen oder brieflichen Verkehr wünschenswerth machen. Wir bitten daher, dies in Zeiten zu thun, damit der Vereinstag nicht an Uebereilungen zu leiden habe.

Der Vorstand.

Anzeigen.

Am 8. und 9. October findet in Leipzig eine Zusammenkunft von Anhängern und Freunden der Naturheilkunde statt, wie er in der Aerzte-Versammlung zu Nordhausen (siehe Vereinsblatt Nr. 10, S. 158) in Aussicht genommen war. Anträge, Anmeldungen etc. nimmt Herr Dr. med. Boruttau in Leipzig, Universitätsstrasse 5, II entgegen. Versammlungsort: Brühl, „Leinwandhalle“ 3 und 4. Am 7. Abends Vorversammlung. Am 8. früh 9 Uhr: Constituirung, Verfassung, Organ. Am 9: Freigebung der ärztlichen Praxis. Wasserkur, Schroth u. Heilgymnastik. Krankenkassen. Brotfrage. Entrée 1 Thlr., als Zuhörer 5 Sgr.

In ein kaufmännisches Geschäft wird ein vegetarianischer Comptoirist gesucht. Französisch und Englisch erwünscht. Auskunft ertheilt die Redaction.

Selbstverlag des Herausgebers Eduard Baltzer in Nordhausen.

In Commission bei Ferd. Förstemann daselbst.

Druck von Th. Müller in Nordhausen.

Die nächste Nummer erscheint Ende October.

Vereins-Blatt

für Freunde

der natürlichen Lebensweise (Vegetarianer).

N^o 14.

Nordhausen, den 30. October

1869.

„Ich entrann dem Uebel und fand das Bessere“.

Orphica (Roeth G. d. Ph. II, 598).

An die Vereinsgenossen.

II.

In Nr. 13 d. Bl. habe ich die dasselbst aufgestellte Behauptung zu rechtfertigen gesucht, dass zur Verbreitung unseres Princips, ausser Lehre und Beispiel, die Beschaffung naturgemässer Nahrungsmittel, beziehungsweise des Grahambrodes, von grosser Wichtigkeit ist. Es sollte aber keineswegs damit gesagt sein, dass jene drei Punkte im Stande wären, unsere Beachtung und Thätigkeit erschöpfend in Anspruch zu nehmen. Ausser einem beständig direct auf den Vegetarianismus hinweisenden und hinführenden Verfahren, bleibt uns noch ein indirectes, gleichsam präparirendes übrig, ja sogar geboten. Ich erinnere nur an den moralischen Einfluss, den die curativen Massnahmen des Arztes auf den Patienten auszuüben vermögen; ¹⁾ ferner an die S. 12 d. Bl. besprochene, seitens eines unserer Mitglieder gegebene Anregung zur Einreichung einer Petition behufs Aufhebung des Impfwangs bei dem preussischen Abgeordnetenhaus. ²⁾

¹⁾ Siehe Theod. Hahn: Praktisches Handbuch der naturgemässen Heilweise. II. Abtheilung. — v. Seefeld. Studien über Gesundheit und Krankheit. Seite 40 bis 42.

²⁾ Auch der Freiburger Localverein hatte zum 3. d. M. die Bürger zur Besprechung über die Abstellung des Impfwanges eingeladen. Es wurde ein Sach-

Wie auf dem direct zum Ziele führenden Wege der systematischen Lehre u. s. w. uns Alle entgegen eilen, die nicht nur berufen, sondern auch auserwählt sind und nur des Hauptschlüssels bedürfen zur sofortigen Erkennung des vegetarianischen Princips in seiner vollen Bedeutung, die des Hinweises auf die Wahrheiten bedürfen, dass der Mensch Frugivor und das „ist, was er isst“; wie aber auch auf diesem Wege die blos Berufenen, zur Zeit noch nicht Auserwählten, von vornherein zum Widerspruch gereizt werden, weil sie die hier nothwendige Betonung des Vegetarianismus und besonders die Forderung einer vernunftgemässen Ernährung noch nicht zu ertragen vermögen: so erringen wir auf dem indirecten Wege leicht die Sympathie der Nichtvegetarianer; da hier nur im Sinne des Vegetarianismus operirt, die Hindeutung auf den Letzteren aber nicht nur nicht beabsichtigt, sondern gradezu vermieden wird. In diesen Fällen, in welchen das Interesse des Vegetarianers und Nichtvegetarianers zusammenfällt, hört freilich letzterer in seiner Eigenschaft nicht nothwendigerweise auf, aber er vermindert sich in derselben und rückt, ohne es zu wissen, dem Vegetarianismus näher.

comité für den Entwurf einer Petitionschrift und weitere Förderung der Angelegenheit eingesetzt.

Als Missionäre im Dienste der Idee der Naturgemässheit ist es gewiss nicht weniger unsere Aufgabe, mittelbar zur Realisirung unseres Ideals zu streben als unmittelbar. Damit hängt aber nothwendigerweise zusammen, dass wir nicht bloß den einen oder andern, sondern jeden Weg des unmittelbaren Vorganges zu betreten haben. In jeder Richtung des realen Lebens, in welcher wir Missbräuche im Sinne des Vegetarianismus finden, müssen wir auf Abstellung derselben, wenigstens durch indirectes Verfahren, bedacht sein. Und in welcher Lebensrichtung fände der Vegetarianer unter den herrschenden Verhältnissen nicht solche, die er ihrer wesentlichen Beschaffenheit wegen verwerfen muss oder wo fände er unter den substantiell gerechtfertigten Beziehungen eine einzige, die er in der herrschenden Form gut heissen dürfte? Ueberall wird er finden, dass, von seinem Standpunkt aus, selbst „dem Herrlichsten — immer fremd und fremder Stoff“ sich anhängt, den er zu entfernen trachten muss. Eine Verkennung unserer Aufgabe wäre es aber jedenfalls, damit zu warten, bis das Missverhältniss ein allgemein oder einem grösseren Kreis fühlbares geworden. Nein, wir haben nicht minder dafür zu sorgen, das Uebel schon im Beginne zu ersticken und dies geschieht durch Ausübung einer Kritik und, im Zusammenhang mit dem kurz vorher Gesagten, durch Kritik sämtlicher Gebiete des bürgerlichen und gesellschaftlichen Lebens und zwar über die Grenzen unseres Kreises hinaus.

Freilich haben wir die Nothwendigkeit einer Kritik nie verneint, wir wollen diese sogar und beweisen das durch unsere Bestrebungen. Wir kritisiren nicht bloß mündlich, sondern auch schriftlich. Wir wünschen, dass unser Vereinsblatt, wo möglich von allen bewussten Wesen der Erdenwelt gelesen werde. Dasselbe wünschen wir den

unserer Sache günstigen Brochüren. Aber es bleibt bei solchem Wunsch. Ja, nur eine geringe Zahl von Nichtvegetarianern kennt unsere Sache und wieder nur eine geringe Zahl will sie kennen lernen. Es liegt das theils an der Form, in welcher wir uns der Presse bedienen, indem der Leserkreis für Brochüren ein verhältnissmässig geringer ist und den die Herrschaft führenden Gegner nicht zwingt, den Herausfordernden entgegen zu treten, das Vereinsblatt aber immerhin nur innerhalb unseres Kreises seine Wirksamkeit findet; theils aber auch an der Unmittelbarkeit unseres Verfahrens, indem wir unter dem Losungswort und Banner des Vegetarianismus den Indifferenten zurückschrecken.

Um eine in oben angegebener innerer und äusserer Ausdehnung nothwendige Kritik üben zu können, bedürfen wir durchaus solcher Organe der Presse, wie die herrschende Partei sie hat, also auch der Zeitschriften. Dass die bestehenden Blätter der Art zur Zeit kein Auskunftsmittel abgeben können, liegt in dem Umstand, dass sie im Dienst der Gegenpartei stehen, wird aber auch durch die Erfahrung bestätigt, dass alle unsererseits bloß im Sinne und zugleich ohne jede Nennung des Vegetarianismus an jene Zeitschriften abgesandten Artikel nicht aufgenommen wurden.

Wir bedürfen ferner, wegen des verschiedenen Geschmacks der Leser, der Zeitschriften in möglichst verschiedenen Formen, als politische, belletristische, als Zeitschriften für Kunst und Wissenschaft, als illustrierte und nicht illustrierte. Und hierbei müssten die vorhandenen Zeitungen als Muster dienen. Die Zeitschriften dürften ferner Journale oder periodische Schriften, Localblätter und ganz besonders die Volkskalender sein.

Sämmtliche genannte Formen von Zeitschriften müssten einen Namen wählen, der an den Vegetarianismus nicht er-

innert. Dieser dürfte nur als redactionelles Princip fungiren und einzig und allein aber jedenfalls zwischen den Zeilen zu lesen sein.

Es fragt sich nur, wenn die Nothwendigkeit des bevorworteten Unternehmens erkannt worden, wer dasselbe auszuführen habe. Nun, jedenfalls derjenige — sei es allein, sei es im Verein mit andern —, welcher, von der Heiligkeit unserer Sache überzeugt, die geistigen und pecuniären Mittel besitzt, welche dazu erforderlich sind. Die vorangegangenen Zeilen beabsichtigen nur, die Aufmerksamkeit der Vereinsgenossen auf die Unzulänglichkeit der Art und Weise hinzulenken, durch welche wir den Gegner zum Kampf hervorlocken; zugleich aber auch zu versuchen, das Verfahren und die Mittel anzudeuten, welche unsere Sache vor das Forum des grossen Publikums bringen, vor welchem allein der Gegner Stand zu halten sich genöthigt sehen wird.

Heidelberg, 13. Septbr. 1869.

Dr. Dan. Isenhorst.

C. J. Weber,

über die Einfachheit, Lebensweise und Nahrung, aus: Demokritos.

Komm Pilger, Sorgen sei'n gemieden!
Gar eitel ist der Sorgen Drang,
Der Mensch braucht wenig nur hienieden
Und braucht dies Wenige nicht lang.

„— Eins ist noth! Eins begreift das Zeitalter, dem das Ueberflüssige zum Nothwendigen geworden ist, nur wenig, die grösste Tugend der Alten und eine der Hauptquellen des Frohsinns — Einfachheit.

Sokrates, arm, verfolgt und zu Hause noch von einer Xantippe gequält (?), bleibt heiter und zufrieden; der noch ärmere Epiktet ersetzt die ihm gestohlene eiserne Lampe durch eine von Erde, die keinen Dieb mehr reizen konnte, und Regulus bittet um einen Nachfolger im Commando, damit seine Familie auf seinem sieben Morgen grossen Landgute beim Tode des Verwalters,

nicht Noth leide. Von gleich liebenswürdiger Einfachheit, wie Griechen und Römer, waren Orientalen und sind noch heute Millionen Hindus. Confutse erreichte bei Reis und Wasser zufrieden ein hohes Alter, die vier ersten Chalifen wussten nichts von den reichen Civilisten, die in Millionen gehen, und begnügten sich mit drei Goldmünzen, einer Kameelration und einem schwarzen Sklaven; Omar ass Gerstenbrod mit Datteln, trank Wasser, predigte in einem schlechten Rocke und wurde einst schlafend gefunden unter den Bettlern vor der Moschee von Medina. Wie ganz anders ihre weichlichen Nachfolger an den wollüstigen Höfen zu Damascus, Bagdad, Kairo und Cordova, die nie ein Schwert entblössten und im Serail sassen!

Alle ausgezeichneten Männer der alten und neuen Geschichte, die Marc Aurele, Antonine, Trajane, Titus bis herab zu unsern Friederichen und Josephen waren höchst einfache Männer. Heinrich IV. liess Stiefel und Wams flicken, unser herrlicher Rudolf trug sein Grauröckchen, als der besiegte Ottokar in Purpur zu seinen Knieen um Gnade flehte, Peter seine wollenen Strümpfe und Matrosenschuhe, und Friedrich und Joseph gaben in ihren einfachen Uniformen wozu bei Friedrich noch ein alter, grosser Hut und alte, meist röthliche Stiefel kamen, Europa Aufklärung und Gesetze.

Der Präsident der Vereinigten Staaten Nordamerikas, Jefferson, erschien zu Washington vor den auf dem Capitol versammelten Deputirten ganz allein im schlichten Ueberrock, stieg vom Pferde und band es selbst an das eiserne Gitter — dies würde keiner unserer Schulzen vor versammelter Gemeinde thun — und wie erschien der Grand-Consul? in einfacher Kleidung, um sich unter seinen glänzenden Marschällen desto besser auszuzeichnen. Washington lebte wie Cincinnatus in seinem Mount Vernon, ein Mann des Plutarch, fuhr zwar feier-

lich auf, als er Adams seine Präsidentenstelle übergab, ging aber zu Fuss wieder fort und verlor sich unter der Menge. So stand Moreau, als Mensch, Bürger und Feldherr ganz der einfache Mann des Alterthums mit der Bildung der Neuern und der ganzen Anmuth des französischen Characters, einst zu München in einem ihm zu Ehren veranstalteten Concert lange in seinem schlichten, blauen Ueberrock unter dem Haufen, weil er sich nicht durchdrängen wollte, wie Laudon im Gesellschaftssaal Maria Theresiens nächst der Thüre.

Der Leib ist die Decke des Geistes und so das Kleid die Decke des Körpers, was ein schlichter Ueberrock am besten ausdrückt.

Wie verschieden sind unsere Sitten! Nicht blos das Leben der höheren Welt, sondern selbst der Mittelklassen, ist ein wahres Komödiantenleben, und wenn man zuletzt sogar schlecht handelt, so ist nichts schuld, als das Heer überflüssiger Bedürfnisse. Rettung liegt nur in Rückkehr zur alten Einfachheit und zur Natur, und dieser Weg ist nicht beschwerlicher und enger als der, den wir alle zuletzt gehen müssen.

Die Menschen der Natur hielten Alles für gut, wie es Gott geschaffen hatte, tranken aus der Quelle und assen vom Baume, ohne an Magenerkältung und Blähungen zu denken; schliefen, wenn sie müde waren, erwachten, wenn sie ausgeschlafen hatten, ohne zu fragen auf welcher Seite man liegen müsse, um gesund zu schlafen, oder gar, wie viel Uhr? lebten wie ihre guten Freunde, die Thiere, waren gesund wie sie, fasteten etwa wenn sie unpass waren, wie das Thier — und starben steinalt wie das Thier ohne Arzt kurzweg. Die liebe Kultur verwandelte Alles: nichts war mehr recht was Gott gemacht hatte — der Mensch grämte über das geringste Uebel, kränkelte und hustete, und zuletzt hiess es: „Seht den vier-schrötigen Kerl! jede Witterung ist ihm recht, jede Speise, jede Strapaze.

Das ganze Jahr fehlt ihm nichts, dem gemeinen Kerl!“ Wahrlich, tausende sogenannter Wilden verdienen eher den Namen Menschen, als tausend hoch-cultivirte Europäer!

Zwei Dinge machen die Menschen unglücklich und verschliessen ihr Herz der Freude — sie wissen nicht, wie wenig dazu gehört, zufrieden zu sein, und schaffen sich selbst Bedürfnisse und Wünsche ohne Grenzen.

Kennen Sie die Geschichtchen von der Fee, die einem jungen Ehepaar drei Wünsche binnen acht Tagen erlaubte? Vor lauter Wünschen wussten die Leutchen nicht, was sie wünschen sollten, sie wagten kaum daran zu denken, aus Furcht, es möchte für gewünscht angesehen werden; vor einer Schüssel Kartoffel sagte die Frau in aller Unschuld: „Wenn wir nur eine Bratwurst dazu hätten“, und da lag die Bratwurst; „Dass Dir die Wurst am Maule hänge!“ rief der erzürnte Mann, und sie hing — und nun blieb für den dritten Wunsch nichts übrig, als die Wurst wieder loszuwünschen, und so waren sie um nichts reicher als um eine Wurst, die unmöglich schmecken konnte.

Was die Nahrung oder Lebensordnung anbetrifft, wohin Speise und Trank zunächst gehören, wozu von den Alten aber auch Luft, Bewegung, Ruhe, Schlaf, Wachen und Arbeit gerechnet wurde, so bestimmt diese unsere geistige Natur eben so sehr als unsern Körper. Der Einfluss der Lebensmittel, die alle Tage einwirken, bei Einigen einmal alle 24 Stunden, bei Vielen den ganzen langen Tag hindurch, liesse sich gar nicht berechnen, wenn ihn nicht die Gewohnheit, die selbst Gifte vertragen lehrt, wieder schwächte. Das ganze Naturreich liefert dem Menschen Nahrung, selbst das Mineralreich für das bischen Staub, das wir am Ende des Liedes der Mutter Erde zollen.

Wir sind nicht mehr mit blossen Aepfeln zufrieden, mit Eicheln oder

Milch; unser Gaumen ist der Tyrann des Magens geworden, und wir sind Pflanzen, wie Boerhave sagt, die ihre Wurzeln im Magen haben. Die Natur aber ist unschuldig, wenn Unmässigkeit in Speise und Trank und Leidenschaften Krankheiten zur Folge haben. Thiere leben nach der Natur, und so sind sie in der Regel ohne Krankheiten, folglich auch ohne Licentiati, Doctores und deren lateinische Küche.

Ein Mensch verbraucht monatlich mehr Nahrung, als sein Körper an Gewicht beträgt und ist durch Speise, Trank und Luft wenigstens vierzehnmal im Jahr ein neuer Mensch, während es oft ein ganzes Leben bedarf, um es moralisch zu werden. Viel, gar viel hängt vom Kloster Maulbrunn ab, und von dem theuren Loch unter der Nase, wie unsere Eltern scherzten. Die erste Nahrung des Menschen waren wohl Baumfrüchte, und die Mosaische Urkunde bestätigt diese Meinung; zur Abwechslung mögen sie noch Wurzeln und Kräuter gesucht haben.

„In dem goldenen Zeitalter,
Da lebte Mensch und Thier vertraut,
Da ass man Kohl und Sauerkraut,
Doch sicher ohne — Blutwurst.“

Der Erfindung des Brodes verdanken wir die Cultur unseres Geschlechts, daher ihr auch die Alten göttlichen Ursprung beilegen, obgleich der Zufall, wie bei den meisten Erfindungen, das Beste that. Wer auch Ceres gewesen sein mag, sie verdient einen Altar und das chinesische Ackerfest Nachahmung. Das Brod ist Alles, und daher sagen wir auch statt Tödten — „Einem vom Brod helfen“.

Getreide, Gerste, Hafer, Erbsen, Linsen, Hirse, Bohnen etc. repräsentiren die gemässigte Zone; der wärmere und heisse Erdstrich hat Reis und Mais, die Durra und Manioc, und wo diese fehlen, Datteln, Sago, Cocos und Brodfruchtbaum; im hohen Norden aber Beeren, Moose und Baumrinde.

Fleischnahrung mag Natur sein (?), da wir Hunds- und Schneidezähne haben, aber Pythagoras Lehre: „Tödt nichts, was Leben hat“, hat doch für eine sanfte Seele ungemeinen Reiz und ohne die liebe Gewohnheit schauderten wir vor Fleisch!“

A. M.

Lebensweise der Araber in Algier.

In einem Speisehause Algiers traf ich öfter mit einem Italiener, einem alten Fremdenlegionär, zusammen, der sich nicht wenig über meine hartnäckige Vorliebe für Vegetabilien wunderte. Bei solcher Gelegenheit entfiel ihm einmal die Bemerkung; „Ja, die Araber brauchen allerdings fabelhaft wenig zu ihrer Nahrung; so ein Kerl kann Tag und Nacht zu Pferde sein, ohne mehr als eine Handvoll Datteln zu geniessen.“

In der That sind die Araber von bemerkenswerther Genügsamkeit in Bezug auf das Essen. Eigentliche Mahlzeiten haben sie überhaupt nicht, sie essen nur wenn sie Hunger haben und der eigentliche Genuss am Essen, der in Europa eine so grosse Rolle spielt, scheint ihnen unbekannt zu sein. Sie essen um zu leben, aber sie leben nicht um zu essen. Fleisch wird ausserordentlich wenig genossen, Schweinefleisch gar nicht. Bei besonderen Festlichkeiten wird wohl ein Hammel am Spiess gebraten, wovon sich dann Jeder ein Stück herunter reisst oder schneidet, auch kommt es vor, dass man, neben Eiern, Hühner und Hammelfleisch in den Kuskussu (ein sehr beliebtes, aus geschroteten Körnern oder Reis mit Milch bereitetes Gericht) hineinthut. Doch sind das Ausnahmen und für den gewöhnlichen Araber, der fern von den Städten unter den Zelten des Duar sein Leben verbringt, kann das ganze Jahr hingehen, ehe er einmal Fleisch bekommt, bis ihm endlich sein höchstes Fest — zu Ehren Muhameds — das blutige Mahl bringt. Was vom Fleisch, gilt für ihn auch von den geistigen

Getränken. Wasser oder die Milch seiner Thiere ist sein Getränk. Allerdings schlägt diese Genügsamkeit in ihr grades Gegentheil um, wenn der Araber in die Stadt kommt; mindestens gilt dies von den Vornehmeren, den Scheiks und Kaid, die ein Stück Geld aufzuwenden haben. Wie die nach langer Seefahrt landenden Matrosen geben sich dann diese Menschen den wildesten Ausschweifungen hin. Wenn nicht Wein, den Mohamed verboten, so nehmen sie doch massenhaft Absynth und andere Liqueure, die Mohamed nicht verboten, aus dem einfachen Grunde, weil er sie nicht kannte, zu sich — und andere Ausschweifungen grober Sinnlichkeit reihen sich an. Die ganze Rohheit der Araber-Natur tritt dann erschreckend zu Tage.

Der eigentliche Araber ist noch heute Nomade, wie er es zu Abrahams Zeiten war. Es giebt allerdings Stämme, die den Boden ein wenig bebauen, doch auch sie sind in der Hauptsache noch Hirtenvolk. Weil sie faul sind, sind sie sehr arm und schon aus diesem Grunde nicht in der Lage, sich irgendwelchen Luxus gönnen zu können. Schon das grobe Schrotbrod, das ihre Frauen backen, nachdem sie die Körner zwischen zwei Steinen selbst zerkleinert, ist für sie ein Luxus. Man findet es in der Regel in den Zelten nicht vorräthig, sondern es wird erst bereitet, wenn ein Fremder kommt, die Gastfreundschaft des Arabers in Anspruch zu nehmen. Gekocht wird überhaupt sehr wenig. Auch Salatpflanzen, Kresse, wilde Spargel, Wurzeln verschiedener Art verzehrt man, wie sie Allah hat wachsen lassen. Ebenso Gurken ohne weitere Zuthat. Das zerquetschte Getreide macht man gern mit Wasser oder Oel zu einem Brei an — wohl gar in einem einfachen Loche, das man im Sande aushöhlt — um ihn dann mit der Gabel, die Allah Jedem gegeben, das heisst mit den Fingern herauszuholen.

Auch Kaffee und Tabak werden von den nomadisirenden Arabern wenig genossen. In den Städten und festen Dorfschaften (Gorbis), wo weniger der eigentliche Araber als der Maure und Kabyle hausen, ist das allerdings anders.

Entsprechend der Einfachheit der Nahrung ist die Einfachheit der Kleidung und der Toilette überhaupt. Ein Burnus aus Kameelshaaren, vielleicht zerrissen und starrend von Schmutz — bildet nöthigenfalls die gesammte Garderobe. Kämmen ist nicht nothwendig, da der ganze Kopf bis auf einen einzigen Haarschopf rasirt wird. Waschen fällt hier und da auch weg, wo das Wasser knapp ist und begnügt man sich dann, mit Sand die vom Koran vorgeschriebenen Waschungen vorzunehmen. Das Schlafen wird womöglich unter Allahs Sternenzelt besorgt und wenn man luxuriös sein will, nimmt man eine Decke von Palmenstroh zur Unterlage. Schuhe braucht man nicht, da man barfuss geht und höchstens beim Eintritt in die Städte eine Art grober Sandalen anlegt — so lebt man dahin, wie es eben gehen will und erfreut sich dabei einer eisernen Gesundheit. „Hager und nervig — so sagt ein uns vorliegendes französisches Werk von den Arabern — bieten sie den Krankheiten kaum mehr Angriffspunkte als ein Stück Holz; nie wird ihr Blut durch ihre Nahrung erhitzt, und wenn sie verwundet werden, so hat das für sie nicht so schlimme Folgen wie dieselbe Wunde für unsere Soldaten.“

Eine Krankheit giebt es allerdings, die unter den Arabern sehr verbreitet ist und zwar eine der fürchterlichsten: die Syphilis. Dieselbe entsteht und erhält sich durch die geschlechtlichen Ausschweifungen, zu denen sie sehr incliniren und von denen sie auch der Koran in keiner Weise zurückzuhalten sucht. Selbst unnatürliche Laster sind unter ihnen etwas Gewöhnliches.

Soviel über die eigentlichen (nomadisirenden) Araber. Die Mauren in den

Städten und die Kabylen in den Gebirgen — zwei von jenen entschieden zu sondernde Racen — leben, namentlich was den Fleischgenuss und die Genügsamkeit im Essen überhaupt anlangt, im Ganzen ähnlich obschon entsprechend ihrer grösseren Arbeitsamkeit und Wohlhabenheit luxuriöser. Auch sind sie weniger in Schmutz und Rohheit versunken und namentlich die Mauren halten viel auf Reinlichkeit des Körpers. □

Mexiko, im Juli 1869.

In einer hiesigen deutschen Medicin- und Farbwaaren-Handlung fand ich neulich den Liebig'schen Fleischextract. Man gab mir einen Zettel, der, in Spanisch geschrieben, dieselben markt-schreierischen Anpreisungen enthielt, wie sie in den europäischen Blättern flottiren.

Frau F., welche vergangenes Jahr mit einem französischen Dampfschiff nach Mexico ging, erzählte mir, dass man fast jeden Tag Suppen von jenem Extract servirt habe, dass aber sie, wie die meisten Passagiere, keinen Geschmack daran gefunden, und dass namentlich ihre Kinder sich entschieden geweigert, davon zu nehmen.

Die Hauptplätze für Erzeugung dieses Extractes sind Brasilien, La Plata, und Uruguay.

Um nämlich das viele Fleisch von den dortigen Ochsen und Schafen zu benutzen, da bisher nur die Hörner und Felle in den Handel kamen, macht man aus demselben den Liebig'schen Fleischextract! Kein Volk der Welt als das Beefsteak- und Roastbeefverzehrende England, das überall seine Polypenarme ausstreckt, konnte dazu besser die Hand bieten und daraus eine Geldspeculation machen. Von Südamerika werden die Büchsen mit dem Extract nach London und Antwerpen geschickt und nachdem sie von Liebig und Pettenkofer, als der höchsten Instanz, geprüft und ihre Sanction

bekommen haben, können sie in alle Länder verschickt werden.

Die oben bezeichnete Spezerei-handlung hat seit vorigem Jahre die erste Sendung dieses Extracts erhalten. Anfangs wurden, der Neuheit wegen, einige Dutzend Büchsen verkauft; doch jetzt will ihn niemand mehr und nur einige Aerzte verordnen ihn als Medicin.

Die grössten Büchsen enthalten 1 Pfd. zu 8 Dollar; darin sind nach Angabe 30 Pfd. reines Faserfleisch enthalten. Das Pfund Faserfleisch kostet hier 1 Real oder 1½ Real, so dass es für die Fleischesser ziemlich auf Eins herauskommt, ob sie das eine oder das andere kaufen. Aber die Carnivoren wollen gerade eine fette Suppe, und dem Extract fehlt das Fett und die Gallert. Nach einem Jahre wird niemand mehr daran denken, das in der Theorie so hoch gepriesene und in der Praxis so schlecht bewährte „Gesundheits-Nährmittel“ zu kaufen. Schade, dass Liebig zu solchem Humbug seinen Namen hergegeben!

Noch vergangenes Jahr verkaufte hier ein anderes deutsches Haus Kruken mit sehr fein gehacktem Fleisch, um dasselbe wie Butter auf's Brod zu schmieren; ebenfalls eine englische Speculation; doch der Artikel hat längst wieder aufgehört.

In welcher Form wird das südamerikanische Ochsen- und Schafffleisch nächstens erscheinen?!

Was ist von den goldenen Medaillen zu halten, welche die Pariser Commission für den Liebig'schen Fleischextract ausgesetzt? L. Hahn.

Mexiko, 28. August 1869.

Mit wahrer, inniger Freude habe ich den Bericht über den ersten Vereinstag der deutschen Vegetarianer gelesen.

Welch' ein frisches, Leben athmendes Lied, tief in der Seele des Dichters empfunden, heisst uns gleich auf der ersten Seite willkommen! Zeile für Zeile zeigt den freien Geist, den Mann der Zeit und der That, der da weiss,

was er will. Der Dichter hat zwar nach der ewig schönen Volksmelodie „Wo Kraft und Muth in edler Seele flammen“ seinen begeisterten Gefühlen Worte gegeben; doch beim Durchlesen des Liedes fühlte ich mich unwillkürlich angetrieben, dem Geiste desselben eine Melodie anzupassen, welche ich zu seiner Zeit mittheilen werde.

Die zahlreichen Mitglieder, welche aus nah und fern zum Vereinstage sich eingefunden; die Schriften und Anträge, sowie die mit Beifall aufgenommenen meist sehr interessanten und lebhaften Debatten über die in der Tagesordnung aufgestellten Punkte; der Ausflug nach dem Unterharz und die dort in frohem Verein verlebten Stunden, — das Alles giebt Zeugniß über die regsame Thätigkeit und den Fortschritt des angebahnten Weges und hat meine lebhaft Theilnahme erregt, dem Bunde ferneres Gedeihen zu wünschen und ein Glückauf! zuzurufen.

Zu der Debatte „Ob Vegetarianer mit einem deutschen Worte zu vertauschen?“ möchte ich mir erlauben, noch nachträglich hinzuzufügen, dass es schwer fallen wird, das fremde Wort durch ein ganz entsprechendes deutsches wiederzugeben. Ich möchte es einfach durch „Mensch“ übersetzen und in dem Titel unseres Blattes an die Spitze setzen: Der Mensch, oder der Freund der naturgemässen Lebensweise. Doch da haben wir das ganze carnivore Europa über uns und man wird uns fragen: „Sind wir denn keine Menschen?“ — Ja wohl, die Gestalt zeigt's; aber ihr habt euch zu carnivoren Menschen entstellt. Ich will also lieber sagen: Vegetarianer ist der gesunde Mensch, der starke Mensch, der thatkräftige Mensch*), und Vegetarianismus das reine Menschenthum. Die Hauptsache ist nur, dass man uns für keine Secte hält; das kann

*) Das sagt ja auch das lateinische Wort vegetus!
(Die Red.)

nicht genug betont und in jedem Blatte wiederholt werden.

Die Herren Professoren, Stock- und Stubengelehrten, Aerzte und Medicin-händler, Theologen und Gutsbesitzer, so wie alle Hab- und Geldgierigen, die sich, durch das einfache, naturgemässe Leben der Menschen, in ihrem Geschäft beeinträchtigt glauben, werden uns für eine Secte ausschreien, und das Wort Vegetarianer benutzen, um das Volk, in ihrem Wirkungskreise, damit einzuschüchtern, wie sie es mit den Schlagwörtern Socialisten, Communisten, rothen Republikanern, Freigeistern und dergl. stets gethan haben. Doch es wird ihnen alles nicht viel helfen. Denn Tropfen auf Tropfen füllt zuletzt ein grosses Fass; und wenn auch jetzt unser Bund nach Hunderten gezählt wird, so wird er einst nach Tausenden zählen.

Das Bewusstsein der einmal erkannten Wahrheit, das Princip naturgemässer Lebensweise, das feste, beharrliche Leben darnach und die unausbleiblichen Folgen des Genusses einer beständigen, kräftigen Gesundheit, kann nicht die Sache einer Secte sein, sondern ist **die Sache eines jeden Menschen, ist Sache aller Bewohner der Erde.**

Daher wiederhole ich's, wer den Vegetarianer für den Anhänger einer Sekte hält, versteht uns entweder nicht aus Unwissenheit und kann also durch Belehrung und Selbstprüfung unser Freund werden; oder er will uns absichtlich nicht verstehen und setzt sich uns als Feind der freien Entwicklung des reinen Menschenthums gegenüber. Vortrefflich sagt daher der Festliedgruss:

„Heil uns, ob auch die Welt uns Thoren nennt
Und Heil der Welt, wenn sie es einst erkennt!“ —

Der Vegetarianer, d. h. der gesunde, thatkräftige Mensch, wird durch seine einfache Lebensweise seinem Namen die gebührende Achtung verschaffen und

der Welt ein Beispiel zur Nacheiferung geben, so dass in Zukunft jeder es sich zur Ehre schätzen wird, zu einem Bunde zu gehören, der die ersten und allgemeinen Principien der Erziehung, die der Gesundheitspflege, sich zur Lebensaufgabe gemacht hat.

Es geht uns mit dem Ausdruck „Vegetarianer“ ähnlich wie mit dem Brod. Wir sagen vorläufig noch „Graham-Brod“; Der Name „Weizenschrot-Brod“ wird ebenfalls als sehr bezeichnend gebraucht. In Zukunft wird man unser Brod einfach „Weizenbrod“ nennen, da es diesen Namen nur allein verdient.

Doch wieder auf den Bericht über den ersten Vereinstag blickend, will ich nur noch zum Schluss das vortreffliche Gedicht „Die Natur“ hervorheben. Der talentvollen und liebenswürdigen Dichterin H. R. in K. (Helene Reil in Kösen?) einen herzinnigen Gruss und Handschlag aus weiter Ferne!

Wie bildend und biegsam ist unsere deutsche Sprache! Wie unvergleichlich schön klingen die Worte: Allschaffende, Allviolverheissende, Allherzerquickende, Allvielgestaltende etc. Das Ganze bekundet Originalität der Ideen, genaue Beobachtung und Liebe der Natur, die wahre Quelle aller Poesie, welche der begeisterte Dichter nur in eine Form bringt.

Wer es so weit gebracht hat, so schöne Verse zu machen, muss schon längere Zeit diese holde, herzbe-glückende Kunst geübt haben, um aus dem frischen Liederquell der eigenen Brust schöpfen zu können, und ich bitte daher die Verfasserin freundlichst, mehr von ihrem poetischen Schatz in unserm Blatte mitzutheilen*). Namentlich wünschte ich auch Jugendlieder, deren Ton Hofmann von Fallersleben so schön getroffen. Solche reine, edle Naturdichtungen werden mir ausserordentlich willkommen sein, und ich werde versuchen,

*) Die Redaction wird gern einige weitere Proben mittheilen.

eine dem Inhalt der Dichtung entsprechende Musik zu denselben zu erfinden.
L. Hahn.

**Life and adventures of
John James Audubon, the Naturalist,
by Robert Buchanan.**
(Autor der „Amerikanischen Ornithologie“.)

„Ich ass kein Fleisch, lebte hauptsächlich von Früchten, Gemüse und Fischen und hatte bis zu meinem Hochzeitstage noch kein Glas Wein oder Branntwein getrunken. Dieser Diät schreibe ich mein beständiges Wohlsein, meine Ausdauer und meine eiserne Constitution zu. Meine Gewohnheit war mir so zur zweiten Natur geworden, dass ich ungern zu grossen Mittagessen ging, bei denen die Gäste mit Speisen und Getränken vollgefüllt wurden, während ich selten eine Schüssel fand, die mir zugesagt hätte. Von allen kostspieligen Gelagen hielt ich nichts. Fruchttorten, Puddings, Eier und Milch oder Rahm waren die Nahrung, welche ich am meisten liebte, und oft wurde die Milchkammer von Frau Thomas, unserer Wirthschafterin zu Mill Grove, der Sahne beraubt, aus der Butter für den Markt von Philadelphia gemacht werden sollte. Diese ganze Zeit war ich frisch und rosig wie ein Mädchen, kräftig wie Jemand von meinem Geschlecht und Alter sein muss, und so munter und behend wie ein Hirsch. Oft habe ich mir sagen müssen, wie glücklich ich gewesen sein würde, wenn ich bei dieser köstlichen Lebensweise hätte bleiben können.

(Europa. 1869. N. 8.) A. v. S.

β Der Steffensche Volkskalender für 1870 enthält eine Abhandlung des Dr. G. Löwenstein „Papa Steffens Speisezettel“, in welcher der Vegetarianismus in schon längst bekannter und widerlegter Weise angegriffen wird. Zuerst wirft der Herr Dr. den Vegetarianern Inconsequenz vor, weil sie Milch und Eier geniessen. Abgesehen davon, dass das nur einige,

aber keineswegs alle Vegetarianer thun, sollte der genannte Herr wissen, dass dem Vegetarianer nicht allein die diätetische, sondern auch und zwar besonders die moralische Seite hier massgebend ist, was dem Herrn Dr. aber wahrscheinlich gänzlich gleichgültig ist. Der ganze Vorwurf, der uns gemacht wird, ist eine zwecklose Wortklauberei mit dem Worte Vegetarianismus, das, wie wir selbst zugeben, unsere natürliche Lebensweise nicht verständlich genug bezeichnet. Dann fährt der Herr Dr. fort: „Möglich, dass ein einzelner Mensch sich bei solcher (vegetabilischer) Nahrung wohl befindet und dass sich dabei seine Körperkraft im vollen Masse entwickelt, im Allgemeinen wird das nicht der Fall sein, ein gänzlich Enthaltens von aller Fleischnahrung wird eine Verringerung der Körperkraft zur Folge haben.“ Wie kommen Sie, Herr Dr., zu solcher absurden Behauptung? Es gehört mehr als Kühnheit dazu, dergleichen Behauptungen auszusprechen, wenn Sie sich alle Tage von der Gehaltlosigkeit derselben und vom Gegentheil überzeugen können. Als Arzt, dessen Urtheil bei der Laienwelt ein so bedeutungsvolles ist, hätten Sie wenigstens Ihre Gründe für Ihre Theorie entwickeln sollen, so aber bleibt es zweifelhaft, ob Sie Ihren Schlusssatz auf Kosten der Wahrheit oder Unkenntniss geschrieben haben.

Wenn Sie für Fleischnahrung plädiren, um Ihre Körperkraft nicht zu verringern, so glauben wir richtig zu vermuthen, wenn wir annehmen, dass der vermeintlich grössere Stickstoffgehalt des Fleisches Sie zu Ihrem Ausspruch geführt hat. Ist das der Fall, so ist Ihr obiger Ausspruch nur eine Umschreibung der Liebigschen Lehre, dass die Muskulararbeit durch Zersetzung stickstoffhaltiger Gewebe bedingt werde. Es stützte sich diese Theorie auf die angeblich vermehrte Harnstoffausscheidung bei der Muskelthätigkeit, allein die Versuche von Pettenkoffer und Voigt

am Menschen haben gezeigt, dass die Harnstoffabscheidung in Ruhe und Bewegung vollständig constant ist, dass also die Muskelbewegung, also Kraftentwicklung, nicht von der Zersetzung stickstoffhaltiger Substanzen abhängig ist. Dasselbe bezeugen Ihnen auch die Versuche, welche Fick und Wislicenus an sich selbst anstellten. Die Kraftentwicklung hängt also von der Fleischnahrung nicht ab. Aber abgesehen von allen diesen Versuchen sollten Sie die Beobachtung der herbivoren Hausthiere, die bei höchst stickstoffarmer Nahrung, dennoch ein bedeutendes Kraftquantum erzeugen, dahin geführt haben, jene These als unhaltbar zu betrachten. Im Uebrigen verweisen wir Sie auf die Erfahrungen, die wir Vegetarianer an uns machen und von denen unseres Wissens noch keiner, der in normal gesundem Zustande sich befindet, einen Kraftverlust bemerkt hat, auf neuere physiologische Werke, wie Gorup-Besanez, phys. Chemie und auf die physiologischen Lehrbücher von Herrmann und Wundt und auf das Experiment, rathen Ihnen aber mit Behauptungen, welche jeder thatsächlichen Begründung entbehren, künftig zu Hause zu bleiben.

Instinkt der Kinder.

Ein kleiner, sehr verwöhnter und kränklicher Junge von 6—7 Jahren — kränklich wegen Impfung, Medizinkuren und der üblichen Nahrungsweise — zeigte sich, wie die meisten Kinder, oft sehr gleichgültig gegen das mit vieler Mühe möglichst lecker bereitete Mittagessen, ja liess es oft unberührt und ging dagegen in den Garten, holte sich und ass frische, rohe, gelbe Rüben, rohes selbst unreifes hartes Obst, auch sonst im Winter Spätgelbrüben, und diese schienen ihm wie Zuckerbrod zu schmecken, so viel ass er davon. Auch eine Medizin! Die Eltern lernen aber nichts aus solchen Fingerzeigen, sie sind blind dafür, begreifen nicht die so ver-

nehmliche Sprache der Natur. Sie fahren fort die Kinder so viel wie möglich mit breiigen, überfetten, verwürzten und möglichst verkünstelten Gerichten, mit Kuchen, Zucker- und Gewürzgebäck, Kaffee, sogar Wein, Bier, Wurst, faulem Käse, saurem Brode zu traktiren, glauben nicht ohne Leckereien leben zu können. Sie zanken auf die Kinder, wenn sie am Mittagstisch nicht essen was ihnen widersteht, sind aber ausserdem oft auch selbst Schuld, wenn die Kinder das Mittagessen stehen lassen, weil sie die Kinder den ganzen Tag essen lassen, wozu sie die überreizende oder unzureichende mangelhafte Kost antreibt. Auch erweisen sich die Eltern jeder wohlgemeinten, besseren Belehrung meist unzugänglich, sollten sie auch deren Richtigkeit einsehen, so sehr sind sie durch die Genußsucht, Gewöhnung und Unwissenheit verstrickt, so leichtsinnig und lässig sind sie.

Ich selbst probirte es öfter mit meinen schlechten Zähnen mit den ungemehnten und unsüssen Frühjahrs- und Sommergelbrüben des kleinen Jungen — ich konnte sie nur mit Mühe beißen und sie schmeckten mir gar nicht! mag dies bezeugen, was erst zu erreichen sein wird, wenn die Kinder von Jugend auf vegetarianisch aufgezogen werden!

Kleine Kinder bringen, wenn sie Zähne bekommen, alle harten Gegenstände, deren sie habhaft werden können, in den Mund und nagen daran, ja sie verschlucken kleinere derselben und schädigen sich dadurch oft gefährlich — allein die blinden Mütter und Ammen begreifen das Thun der Kinder nicht, füttern sie mit Feinmehlmilchbreien u. a. statt ihnen eine Kruste vegetarianischen Schrotgebäcks zu reichen, es mit Schrotmehlbrei, rohem, weichem Obst, rohem Schrotmehl und Obst u. a. allmählig zu nähren.

Wir stecken so tief in der Unnatur, sind namentlich durch actives und passives Verschulden der Aerzte so tief in die Versumpfung gerathen, dass wir in

vielen Stücken gar nicht mehr im Stande sind, das unserer Natur Gemässe, das Natürliche, Normale zu erkennen, noch uns der Unnatur ganz zu entwinden. Durch Anwendung des Experiments auf das Menschenleben, womit eine es mit der Menschheit wohlmeinende Wissenschaft hätte beginnen müssen, durch die natürliche Ernährung und Aufziehung der Kinder müssen wir erst wieder die normale Verdauung, den Normalmenschen kennen lernen, statt das Hauptgewicht auf die Zucht schönen Viehes zu legen, die Heranziehung gesunder, kräftiger, möglichst vollkommener Menschen uns zur Hauptaufgabe machen.

P. Kroll.

Die österreichische Expedition nach Ostasien (die beiden Schraubendampfer „Donau“ und „Friedrich“) verspricht auch für Vegetarianer von besonderem Interesse zu werden. In der Instruction für anthropologische und ethnographische Beobachtung heisst es nemlich; „Nahrung: Welche und wie viele Nahrungsmittel geniessen die verschiedenen Menschenrassen unter den verschiedenen Himmelsstrichen, und welches Mass von täglicher Arbeit sind sie dabei im Stande, ohne Nachtheil für die Gesundheit, zu verrichten. Bedienen sie sich vegetabilischer (wärmebildender) oder animalischer (krafterzeugender) Nahrungsmittel? Woraus bereiten sie ihr Luxusgetränk.“ Wir wissen nicht, ob die in Klammern stehenden erläuternden Worte in der Instruction stehen, oder etwa von der Redaction des Globus herrühren, dem (XV, II. S. 344) wir die Notiz entlehnen; wir wissen nur, dass sie einen modernen Aberglauben ausdrücken, von dem die Expedition vielleicht ihre Aussender befreien hilft.

E. B.

Lebensverlängerung.

„Er (Alex. v. Humboldt) entrollte mir dann noch einmal ein Bild jener wunderbaren, in ihrer Art gewiss einzigen Thätigkeit seines hohen Alters, einer Thätigkeit, die, ausserordentlich an sich,

noch ausserordentlicher erscheint, wenn man bedenkt, dass kurz vor Humboldt's grosser amerikanischer Reise die Aerzte an seiner Gesundheit verzweifelt hatten. „Ich arbeite“ sagte er, „meist noch ununterbrochen bis drei Uhr morgens, dann schlafe ich vier Stunden. Ich könnte länger schlafen, zehn bis zwölf Stunden, — habe es auch versucht, aber es aufgegeben, weil ich keine grössere Erquickung darnach empfinde. Im Ganzen, wenn ich mein Alter von 86 Jahren in Anschlag bringe, kann ich mit meiner Gesundheit nur zufrieden sein. Kleinere Verstimmungen gehen gewöhnlich rasch vorüber. — — — Auch meine wissenschaftliche Korrespondenz ist immer noch im Zunehmen begriffen. — — — Ich empfangen gegenwärtig jedes Jahr durchschnittlich 3000 Briefe, und beantworte etwa 2000. Meine Ausgaben an Postgeld belaufen sich auf 500 — 600 Thlr. Nun habe ich mich trotzdem bis auf den heutigen Tag nie entschliessen können, einen Secretair zu nehmen. Es kommt dadurch etwas Steifes, Geschäftsmässiges in die Korrespondenz, während man durch ein paar einfache selbstgeschriebene Worte so oft erfreuen kann und zugleich den Gegenstand nicht selten rascher erledigt. Erinnern Sie sich nur, wie langweilig Göthe's Briefe werden, nachdem er einen Secretair genommen hatte. Sie sehen hieraus aber auch, dass ich meine Nächte zur Arbeit nöthig habe.“ (Er starb bekanntlich im 90. Jahre.) Briefwechsel mit einem jungen Freunde. 2 ed. S. 136.

Dr. Wigand.

„Bei dieser Gelegenheit (Es war die Rede vom Klystier bei der „Geburt des Menschen“) muss ich zweier Getränke erwähnen, deren verderblicher Genuss sich durch ein ganz eigenes unglückseliges Verhängniss dergestalt über ganz Europa und durch alle Classen und Stände verbreitet hat, dass ihm nur mit grosser Mühe und Ausdauer von Seiten der Aerzte und der Regierungen

die gehörige Schranke zu setzen sein wird. Ich meine den Genuss des Caffee's und des Thee's. Nach den vielen hundert Beobachtungen und Versuchen, die ich nun in meiner langen und ausgebreiteten ärztlichen Praxis, zufällig und absichtlich, über den Caffee gemacht und angestellt habe, kann ich jetzt mit einer sonst in unserer materia medica oder materia diaetetica leider! nur seltenen Gewissheit den Satz aufstellen, dass es wenig Mittel in der Natur giebt, die, wenigstens bei den meisten Menschen, so direkt, spezifisch und sicher auf das Hämorrhoidal- und Generationssystem wirken, und dort krankhafte Veränderungen und Störungen aller Art zu Wege bringen, als es bei dem Caffee der Fall ist. Seine beiden Hauptwirkungen auf diese Theile sind, dass er erstlich den Andrang des Blutes dahin vermehrt und dadurch Congestion und Uebergewicht der Venosität in denselben verursacht, und dass zweitens eine krankhafte Empfindlichkeit und Beweglichkeit dieser Theile hervorbringt, wodurch sie gleichsam zu einem zweiten sensorium commune im Körper werden, welches denn bei der Hysterie, den Krämpfen u. s. w. die bekannte grosse Rolle spielt. Wie und wodurch dies nun geschehe, kann ich hier dahingestellt sein lassen. Es wird dem praktischen Arzte genügen, wenn ich mit Wahrheit und Zuverlässigkeit den Satz aufstellen kann: der Caffee stört und verändert das normale Wechselverhältniss zwischen dem Hämorrhoidal- und Generationssysteme und dem übrigen Körper. —

Ich glaube deshalb auch die grösste Schuld mit auf den so allgemein gewordenen und häufigen Gebrauch des Caffee's schieben zu dürfen, wenn so viele unserer Frauenzimmer, so unregelmässig und stark menstruiert sind, wenn die Neigung zu Aborten und Frühgeburten so allgemein ist, wenn der weisse Fluss so überall und oft ohne alle sonst

ergründliche Ursache herrschet*), und wenn zur Zeit der eintretenden Pubertät sich so leicht allerlei Nervenzustände einstellen (wie z. B. das bekannte Spiel des Magnetismus), die, bald offener, bald versteckter ihre erste Quelle im Generationssysteme haben. Auch halte ich es jetzt für einen grossen Fehlgriff des Arztes, wenn er seine hysterischen Mädchen oder Frauen den Caffee forttrinken, oder wohl gar als krampfstillende Arznei nehmen lässt. Der Caffee wirkt hier zwar beruhigend, theils durch die Wärme, theils durch die Befriedigung des Bedürfnisses der einmal verwöhnten Nerven; aber diese Beruhigung dauert nicht lange, und die krankhafte Verstimmung kehrt im verstärkten Grade wieder. Ich habe eine vortreffliche junge adelige Frau, die anfänglich an leichten hysterischen Zufällen litt, durch den ihr verordneten Gebrauch des Caffee's, fast bis zum Wahnsinne kommen sehen. Von dem Augenblicke an, wo sie den Caffee als Arznei und alltägliches Getränk aufgab, wurde sie gesund. Und so könnte ich hier mehrere Dutzend von Kranken, Weiber und Männer, anführen, die durch die Entsagung des Caffee's von ihren hysterischen oder hämorrhoidalischen Zufällen vollkommen geheilt wurden.

Was den Thee anlangt, so sind meine Beobachtungen darüber noch zu wenige, als dass ich mich mit derselben Bestimmtheit gegen ihn, wie gegen den Caffee erklären könnte. Soviel ist aber auch von ihm gewiss, dass in Gegenden, wo er häufig getrunken wird, der weisse Fluss gleichsam zu Hause ist, und dass er, — Abends — einige Stunden vor dem Schlafengehen genossen, eine Schlaflosigkeit zu Wege bringt, die ihren Grund weniger in einer dadurch idiopathisch vermehrten Thätigkeit des Hirns, sondern vielmehr in

*) Bei den Jüdinnen mag die Hauptursache vielleicht in dem zu frühen und unvorsichtigen Baden nach der Reinigung liegen, das ihnen durch ihre religiösen Gesetze zur Pflicht gemacht wird. W.

einer Unruhe und Beweglichkeit der Unterleibsorgane und des ganzen automatischen Nervensystems hat, wodurch das Hirn in seiner zum Schlafen nöthigen Ruhe und Abgezogenheit von den automatischen Operationen des Körpers gestört wird. Der Thee, sagt man, erhält uns munter, d. h. mit andern Worten, der Thee erregt ein solches Treiben und Wirken in der automatischen Nervensphäre, dass das Hirn darüber nicht zur Ruhe kommen kann. — Uebrigens fallen mir hier die Worte eines nicht lange verstorbenen, alten, welt- und menschenkenntnissreichen Collegen ein. „Seitdem, sagte er, der Caffee und Thee in die Welt gekommen sind, ist bei den meisten Menschen nur die eine Hälfte des Kopfes sitzen geblieben, und die andere Hälfte in den Bauch gefallen; und weil der Kopf auf dem Halse mit dem Kopfe im Bauche (eben wegen der Verschiedenheit ihrer Rathgeber und Ohrenbläser) niemals einig sind, so ist es leicht zu begreifen, warum heutzutage der bloss ruhige, gesunde Menschenverstand eine so seltene Erscheinung geworden ist, und warum wir jetzt Menschen, von oben bis unten herab, so häufig in die unbegreiflichsten Widersprüche, Inconsequenzen und an Narrheit grenzende Ungereimtheit fallen sehen. Der Mensch scheint jetzt zwei Seelen zu haben, wovon die eine immer links und die andere rechts will, und nie hat die Idee eines guten und bösen Principis im Menschen sich deutlicher ausgesprochen (und nie, möchte ich hinzusetzen, ist mehr darüber geschrieben worden), als seitdem der Caffee und Thee die Lieblingsgetränke der Menschen geworden sind.“ Merkwürdig ist es denn doch, dass gerade in den Ländern, wo der Caffee noch nicht zu den Mittagsgetränken gehört, wie z. B. in England, in Amerika u. s. w., immer noch die meiste Consequenz und grösste Kraft und Ausdauer, sowohl in den Regierungen wie beim Volke, zu finden ist.“ (Geburt d. Menschen, II, 481-84.) K.

Lebensweise der Grönländer.

Uns Vegetarianern begegnet es häufig im Disput, dass die Gegner, nachdem wir ihre Irrthümer in Betreff der Hindostaner, Indianer und anderer Völkerschaften nachgewiesen haben, schliesslich triumphirend auf die Bewohner des höchsten Nordens, insonderheit auf die Grönländer, hinweisen. Die Eskimos, sagen sie, seien bei der Verkümmern jeglicher Vegetation ausschliesslich auf die Thiernahrung angewiesen, und die Erfahrung zeige, dass sie sich nun schon Jahrtausende lang von Thran, Seehundfleisch und Fischen erhalten haben und dem gänzlichen Aussterben noch viel entfernter sind, als etwa die Ureinwohner Neu-Hollands, die Papuas, denen die Natur den Reichthum des Pflanzenwuchses nicht versagt habe. Abgesehen davon, dass wir uns kaum ein geistig tiefer stehendes Volk denken können, als die armseligen, wesentlich auf Fleischnahrung angewiesenen Eskimos, müssen wir auch die Behauptung zurückweisen, dass die öden felsigen Ufer der allein bewohnten Westküste Grönlands, allernutzbringenden Vegetation baar seien.

Der bekannte Naturforscher Robert Brown macht uns (in Petermann's geographischen Mittheilungen, Märzheft 1869) auf die Irrthümlichkeit der Behauptung aufmerksam, dass die Eskimos keine vegetabilische Nahrung genössen.

Zwar können sie kein Getreide bauen und keine Obstbäume ziehen, aber die Natur schenkt ihnen selbst noch unter 72° nördl. Br. den zur Ernährung absolut unentbehrlichen Tribut an Pflanzenstoffen in Form von Beeren und geniessbaren Blattpflanzen. Von erstem ist namentlich zu erwähnen unsere bekannte Heidelbeere und die Preisselbeere, ferner die weniger gekannte Sumpf-Heidelbeere (*Vaccinium uliginosum*) und die Rauschbeere (*Empetrum nigrum*). Letztere beide finden sich auch in unsern deutschen Wäldern,

werden aber vom Volk wegen vermeintlicher schädlicher Eigenschaften unbeachtet gelassen. In der That aber ist sowohl die Sumpfheidelbeere ganz unschädlich, als auch die der Rauschbeere zugeschriebene betäubende Eigenschaft eine erdichtete, wie direkte Versuche von Kirschleger bewiesen haben; sie wird im Gegentheil von vielen Bewohnern des hohen Nordens als Ersatz für Baumobst geschätzt und als Schutzmittel gegen den Skorbut gepriesen. Erst durch die Gährung verderben sich die Menschen auch diese kargliche Naturgabe, um dem thörichten Sinnenrausch zu fröhnen.

Von andern Pflanzen geniessen die Grönländer die Blüten, Blätter und Wurzeln, roh oder gekocht; so von der Fetthenne (*Sedum*), der Rosenwurz (*Rhodiola*), dem Weiderich (*Epilobium*) und einer Art Läusekraut (*Pedicularis hirsuta*); von den letzteren werden die Blüthenspitzen gekocht und als eine Art Kohl genossen.

Versagt die Natur unter ungünstigen Bedingungen auch diese geringe Spende, so greifen die armen Eskimos in dem unabweislichen Drang nach Pflanzennahrung zu einigen Algenarten, namentlich *Chorda Filum*, daneben auch zu dem Blasentang (*Fucus vesiculosus*), der selbst an den britischen Küsten als Nahrungsmittel dienenden *Alge Alaria* und andern Arten.

Endlich sind noch zwei Pflanzen zu erwähnen, die auch den Europäern auf ihren Polar-Expeditionen stets willkommene Präservativmittel gegen Skorbut sind: der Sauerampfer und das Löffelkraut (*Cochlearia*). Den an der Küste wohnenden dänischen und deutschen Ansiedlern gelingt es sogar, in ihren Gärten Salat, Kohl, weisse Rüben Möhren, Spinat und kleine Kartoffeln zu ziehen. Da kaum kältere, unwirthlichere Gegenden als die grönländische Küste bewohnt werden, so können wir wohl mit Recht behaupten, dass kein einziges Volk durch Naturverhältnisse

gezwungen wird, absolut ohne Vegetabilien zu existiren. Wo sie wirklich fehlen, da kann aber der Mensch nicht existiren, da giebt es keine Menschen.

Berlin, 24. October 1869.

Mit freundlichem Gruss

C. Th. Nauhaus.

Literarisches.

Unser Freund und vegetarianischer Veteran Weilshäuser in Oppeln beabsichtigt zu unserem Blatte eine Ergänzung unter — nachstehendem Titel, die wir auf das Eindringlichste hierdurch empfehlen: (Die Red.)

„Das vegetarianische Ausland“.

Unter diesem Titel beabsichtigt der Unterzeichnete von Neujahr 1870 ab eine monatlich erscheinende Zeitschrift vom Stapel zu lassen, welche die Freunde unserer Sache mit den sie interessirenden Vorgängen jenseits des Canals und des atlantischen Oceans bekannt machen und gleichzeitig eine Ausbeute der einschlägigen literarischen Ausflüsse fremder Länder bringen soll. Das Bestehenbleiben oder baldige Verschwinden des projektirten Blattes wird lediglich von der mehr oder weniger regen Theilnahme der Strebengenossen abhängen.

Die Zeitschrift wird pro Quartal (3 Nummern) 6 Sgr. kosten und kann gegen Einsendung dieses Betrages entweder direct vom unterzeichneten Herausgeber oder durch jede Post-Anstalt und Buchhandlung bezogen werden.

Oppeln, im October 1869.

Emil Weilshäuser

Der Leipziger „Congress von Vertretern und Freunden der Grundsätze naturgemässer Lebens- und Heilweise“ am 8. und 9. October (vergl. Nr. 10, S. 157) hat unter zahlreicher Betheil-

igung von Aerzten und Nichtärzten, auch einiger Vegetarianer, stattgefunden. Dr. Fränkel trug über Geschichte und Literatur des Wasserheilverfahrens vor und wird seine Rede im Druck erscheinen. Dr. Albu sprach über Verhütung epidemischer Krankheiten, besonders der Lungenschwindsucht; Zeller, von König und Dr. Steudel plädirten für Freigebung der ärztlichen Praxis; Dr. Meinert über das Verhältniss der Wasserkur zum Schrotschen Heilverfahren; Dr. Nordström über die nothwendige Combination naturgemässer Lebens- und Heilweise, Belitski über reines Weizenschrotbrod im Gegensatz zum Liebigschen, das durch seine Zusätze von Salzsäure und doppelkohlensaurem Natron Natur und Instinkt verletzt; May über Verbreitung der vorgetragenen Lehren im Volk und in der Volksschule. Die Versammlung begründete sich als „Centralverein für naturgemässe Lebens- und Heilweise“ nahm ein Statut an, beschloss ein Vereinsblatt unter Redaction des Dr. Boruttau und Meinert (monatlich 2 Bogen, vierteljährlich 5 Sgr.) herauszugeben. Nächste Generalversammlung: October 1870. Ort derselben: Chemnitz. Für die Tagesordnung in Aussicht genommen: 1) Die Brodfrage. 2) Die Milchfrage. 3) Diät auf Reisen namentlich zur See und mit der Eisenbahn. 4) Der Vegetarianismus. 5) Die physische Erziehung der Kinder. 6) Abschaffung des Impfwangs. —

Eben erschien: **Die Landplage mit Impfgift.** Herausgegeben von der Impfprotestgesellschaft in Freiburg i. Br., Stuttgart und Aargau. Verlag der Gesellschaft, Secretair L. Willig, Stuttgart, Büchsenstr. 28. 1869. 36. S.

Deutscher Verein für naturgemässe Lebensweise.

Beigetreten sind Herr Otto Busse, Prag; Herr Michael Wolff, Lehrer in Tartlen, Siebenbürgen, und Frau; Herr R. Liedke Lehrling in der Röth'schen Buchhandlung in Graudenz; Herr E. Störmer und 3 Kinder, Königsberg; Herr Buchhalter Herm. Angermüller, Wien; Fr. Rosa Lehmann, Naumburg; Hr. Friedr. Ulses, em. Dechant und Pfarrer in Verbona, Oesterr. Militärgrenze. Ausgeschieden ist Goldarbeiter Zieher in Pforzheim.

Zur Vereinskasse gingen ein: Von Herrn H. Schm. in M. 1 Thlr.; Herr H. G. in Schl. 1 Thlr.; Herr Pfarrer G. in B. 1 Thlr.; Herr Fr. R. in W. 1 Thlr.; Fr. K. in B. 1 Thlr.; Herr C. R. in Pf. 1 Thlr. 5 Sgr.; Herr J. W. in Pf. 1 Thlr.; Herr N. in Pf. 1 Thlr.; von den Herren T., Sch., U., H. und P. in Brln. von Jedem 1 Thlr.; Herr R. L. in Gr. 1 Thlr.; Herr C. A. in N. 1 Thlr.; Herr Rentier M. in E. 1 Thlr.; Herr O. B. in Pr. 2 Thlr.; Herr St. in Kgsbg. 1 Thlr.

Der Vorstand.

Briefkasten.

Herr C. B. in B. Vom Standpunkte biblischer Rechtgläubigkeit ist unzweifelhaft, dass Gott den Menschen zum Vegetarianismus bestimmt hat, Moses 1, 1 ff. Erst nach dem Sündenfalle wird dem gesunkenen Geschlecht das Fleischessen gestattet! — **Herr G. in M.** Warum ich im Seebade war? Weil ich in der Einsamkeit Ahlbecks einmal Ruhe haben wollte, die ich daheim nie habe. Weizenschrodt, Milch und Heidelbeeren waren meine ausschliessliche Nahrung, einige alte Griechen, täglich 2—3mal Meereswogen und herrlicher Wald waren fast ausschliesslich mein Umgang; nur zu schnell musste ich in die Brandung des sozialen Lebens aus der kurzen Ferienruhe zurückkehren, in der ich mich äusserst wohl befand. — Der Ausspruch „confessionslos“ in der Anzeige, die vegetarianische Erziehungsanstalt betreffend (Nr. 12) soll nur bedeuten, dass der erste Stifter, so viel mir bekannt, dem Institut das Gepräge wahrer religiöser Duldung d. h. freier Ueberzeugung gewahrt wissen will. Alles Bestimmtere ist der Vereinbarung mit weiteren Förderern der Stiftung vorbehalten. — Brod ist von hier nicht zu beziehen, da die hiesigen Bäcker in der Regel kein normales Brod liefern. Es wird nur in Familien gut bereitet. Dr. Nagel gehört nicht mehr zum Verein, weil ihm das Statut nicht gefällt, er ist aber nach wie vor Vegetarianer. Diejenigen, welche ihren Austritt erklärt haben, hatten ähnliche Gründe, zwei gaben als Motiv an: „Der Vegetarianismus sei in ihrem Verhältniss nicht durchführbar“. — **Fr. Lina Koerner, Stuttgart:** „Meine Antwort an Sie ist als unbestellbar zurückgekommen. Die Adresse des Herrn Vollbeding in München ist mir nicht mehr bekannt; Zusendungen an ihn sind zweimal als unbestellbar zurückgekommen. — **Herr P. K. in B.** Die Absicht des ersten Stifters des Waisenerziehungsfonds (Nr. 12) ist, dass die Erziehung der Kinder eine streng vegetarianische sei. — **Herr Sch. in Stgrt. und Str. in Kgsbg.:** Herr Hartmann hierselbst hat die qualificirten Mühlen nicht vorräthig und kann nur in Aussicht stellen, in 4 Wochen wieder an Herstellung derselben zu kommen. — Dass die Waisenanstalt (Nr. 12) ein Waisenhaus in herkömmlicher Weise sein müsste, ist durchaus nicht Voraussetzung. Es wird aber eine Erziehungs-Gelegenheit, im Sinne des Familienthums, des Vegetarianismus und der religiösen Toleranz beabsichtigt. Näheres ist erst zu vereinbaren. — **Herr G. in M.** Anfragen über den Bischof Bugnion (S. 189) sind bis heute nicht beantwortet worden. — Nachträglich: War mein Motto zu Nr. 10 nicht verständlich? Die Kunst des schönen Lebens ist die höchste Kunst.

Nächste Nr. Mitte December! Abonnement auf Nr. 11—20 beträgt 20 Sgr. im Buchhandel. Gegen Einsendung von 20 Sgr. wird dies Blatt unentgeltlich pr. Post zugesendet. Erster Band (Nr. 1—10) 1 Thlr. (Von Briefmarken sind nur norddeutsche hier verwendbar.)

Selbstverlag des Herausgebers Eduard Baltzer in Nordhausen.
In Commission bei Ferd. Förstemann daselbst.
Druck von Th. Müller in Nordhausen.

Nächste Nummer erscheint Mitte December.

Vereins-Blatt

für Freunde

der natürlichen Lebensweise

(Vegetarianer).

N^o 15.

Nordhausen, den 15. December

1869.

Das Leben gleicht einem Buche. Thoren durchblättern es flüchtig, der Weise liest es mit Bedacht, weil er weiss, dass er es nur einmal lesen kann.

Jean Paul.

Etwas vom geistigen Vegetarianismus.

Motto: Der Mensch lebt nicht vom Brod allein, sondern von jeglichem Worte, das durch den Mund Gottes geht.

Das innere Leben des Menschen in seinen drei Stadien des Vorstellens, Fühlens und Denkens hat genau ebensogut sein Naturgesetz wie alles Andere in der Welt. Keine Vorstellung, keine Gefühlsstimmung, kein Gedanke ist etwas Zufälliges im absoluten Sinne dieses Wortes; die Art, wie ich Personen und Dinge anschau, die wandelnden glücklichen oder unglücklichen Stimmungen meiner Seele, die finsternen oder heiteren Gedanken, Combinationen, sie alle sind allerdings mit bedingt durch die umgebende Welt, wie die sich entwickelnde Pflanze durch die Atmosphäre, aber die eigentliche Wurzel für alle jene Vorgänge des inneren Menschenlebens liegt in ihm selber und ist ein Produkt seiner ganzen Vergangenheit, ja darüber hinaus ein Produkt dessen, was vor ihm in allen Denen gelebt, aus denen der Betreffende als letztes Glied einer langen Kette hervorgegangen.

Alles, was jemals in uns lebendig gewesen, wirkt fort, indem es den Boden für die immer neuen Triebe unseres inneren Lebens bildet.

Das könnte als eine entsetzliche Doc-

trin erscheinen gegenüber Denen, die vielleicht schon durch frühe, schlimmere Einflüsse einer schlechten Erziehung, ja schon durch die aus dem Wesen ihrer Eltern etwa in sie übergegangenen schlimmen Keime einen bösen, verdorbenen Boden für ihre weitere Existenz gewonnen haben. Die Natur aber, so furchtbar auch unter Umständen ihre Gerechtigkeit werden kann, verurtheilt doch nie, ohne dass wirkliche Schuld vorliegt; ja ihre schlimmsten Urtheilssprüche sind im Grunde immer neue Mahnungen auf den rechten Weg zurückzukehren; ähnlich wie die physischen Krankheiten nur Heilbestrebungen der physischen Natur sind. Nichts Unwahres kann auf die Dauer bestehen; alles wirklich Positive, das heisst Alles, was in der ewigen Wesenheit wurzelt, ist gut; alles Schlechte aber ist nur eine Negation, also ein Nicht-Existentes. Je besser der Mensch daher ist, umso mehr steht er in Harmonie mit der Wesenheit alles Seienden und ist daher desto ruhiger und glücklicher; je mehr Unwahres aber in ihm vorhanden ist, desto grösser der Contrast mit der ewigen Wahrheit und daher der Kampf in ihm so lange, bis entweder das Menschenkind jene erkennt und sich ihr einordnet, oder aber über dem Kampfe zu Grunde geht.

Ist uns demnach — und zwar Jedem ohne Unterschied — die Natur ein

fortwährendes Mahnen nach dem rechten Wege hin (und zwar nennen wir sie in dieser ihrer Eigenschaft „Gewissen“), so hat sie uns auf der anderen Seite in unserem freien Willen das Mittel gegeben, ihre Mahnungen zu befolgen. Jedem Menschen ist also der nöthige Unterricht und das nöthige Mittel zur Erlangung des rechten Lebens zu Theil geworden; freilich hat der Eine mit unendlich mehr Hindernissen zu kämpfen als der Andere — Hindernissen, deren grösste in der Regel nicht ausser ihm, sondern in ihm liegen —. Aber die Möglichkeit des rechten Lebens ist überall gegeben, wo der Keim des Menschlichen vorhanden. Dass wir die Möglichkeit zur Wirklichkeit machen, dass wir unser Gehör für die ewige Wahrheit zu schärfen und das über Alles wichtige Werkzeug unseres Willens mit voller Kraft und Ausdauer gebrauchen lernen, das ist freilich unsere Sache; je nachdem wir in dieser Beziehung arbeiten, artet unser Lohn.

Und die ewige Wahrheit, sofern wir nur den Weg zu ihr hin nehmen und nicht nach falscher Richtung hin, macht uns die Selbstbeherrschung vermittelt unseres Willens leicht, weil sie unsere eigenste innere Natur selber ist, denn das Menschenwesen ist im letzten Grunde Eins mit dem Wesen des Alls.

Wollt Ihr das Gesagte mit anderen Worten haben, so heisst es: Du musst den Gott in Dir erkennen und zur ausschliesslichen Herrschaft zu bringen streben.

Suchen wir nun der Sache von der practischen Seite noch etwas näher zu kommen. Man hat gesagt: das Leben sei ein Traum. Es ist etwas Wahres an diesem Ausspruch, indem in der That die heiteren oder düsteren, die schönen oder hässlichen Bilder unserer Phantasie den Inhalt des Stückes bilden, das auf der Bühne unseres inneren Lebens in ununterbrochener Folge abgespielt wird. Und der Vergleich dieser Phantasie-Bilder, die für das glückliche oder

unglückliche Arten unseres Lebens so ungeheuer wesentlich sind, mit den Traumbildern, ist allerdings naheliegend genug. Aber das Leben ist auch das Gegentheil des Traumes, indem eben die Art der Bildung jener Phantasie-Gestalten, so zufällig und von unserem Willen unabhängig sie auch zu sein scheinen, thatsächlich doch in unbedingtester Abhängigkeit von unserem Willen stehen, allerdings nicht allzusehr von unserem momentanen Willen, wohl aber von dem lange geübten, mit wachem, regen Sinn gelenkten Willen, der den Kern unseres allmählich geformten Characters bildet. Zwinge Dich, gewisse falsche Neigungen oder Abneigungen zu überwinden; zwinge Dich, wenn es noth thut, schonungslos immer wieder, und sofern Du Deinem Willen nur die rechte Richtung gegeben, so wird auch Deine Phantasie endlich aufhören, Dir die reizenden oder abstossenden Bilder (Vorstellungen) zu erwecken, die ehemals Deine Neigung oder Abneigung hervorriefen.

Das einfache Gesetz der Phantasie ist dieses: in dem Grade als Du durch endliches Denken, Wollen und Schaffen Dich zu einem wahren, lauterem Character gestaltest, in dem Grade wird auch Deine Phantasie, wenn auch etwas nachhinkend, mit wahren (naturgemässen) und reinen Bildern sich füllen und natürlich wirkt dann die gesäuberte und zum Edleren emporgehobene Phantasie auch helfend und fördernd auf Deinen Willen und Character zurück und macht es Dir leichter, ein guter und glücklicher Mensch zu sein.

Bei sehr in die Unwahrheit verirrten Geisteszuständen ist es von grosser Wichtigkeit, der Phantasie und dem sich daran knüpfenden Denken den möglichsten Zwang aufzuerlegen, bis allmählich das nie ganz ersterbende Wahre und Gesunde im Menschen etwas Luft bekommt und in gleichem Grade mit der Fortentwicklung desselben Freiheit an die Stelle des Zwanges treten darf.

In jenen schlimmen Zuständen eben, wo Phantasie und Denken, wenn freigelassen, den armen Menschen immer wieder dem Unwahren, d. h. dem Wahn resp. Wahnsinn in die Arme treibt — ist jedes Mittel, das zur Bändigung der Phantasie dienen kann, anzuwenden. Vor allen Dingen, soweit möglich, eine zum Vernünftigen lenkende Arbeit und kann es eine Denkarbeit sein, dann um so besser — sofern sonst eine solche den geschwächten Körper- und Geisteskräften zugemuthet werden darf. In den Pausen, wo er nicht durch Arbeit seinen Geist zum Vernünftigen lenken kann, soll er denselben anderweit zu beschäftigen suchen, um ihn an der wilden Flucht in das Land des Wahnes und der damit Hand in Hand gehenden Leidenschaften zu verhindern; ein Mittel unter anderen bieten die Zahlen, indem man sich durch ein einfaches und complicirtes Zählen zu beschäftigen sucht. Man versuche nur einmal im Moment der Leidenschaftlichkeit ruhig bis 100 zu zählen oder etwa durch Uebersprungung von je 3—4 Zahlen bis 1000 und man wird über die wunderbar beruhigende Wirkung dieser Gymnastik des Selbstbeherrschens staunen.

Aus diesem Stadium des Zwanges (des kategorischen Imperativs) heraus muss aber das Geistesleben zur Freiheit gelangen. Dies geschieht in dem Grade, als dasselbe der ewigen Wahrheit in allem Seienden inne wird und sich damit identificirt. Dann tritt Harmonie zwischen dem betreffenden Ich und dem All ein, das heisst: Ruhe und Freiheit.

Mit anderen Worten: wir müssen mit unserer Phantasie und unserem ganzen Geistesleben in Gott leben lernen.

In seiner practischen Anwendung auf das Leben heisst dieser Satz: wir müssen lieben lernen.

Das Wesen der Liebe ist, dass wir aus uns herausgehen und in dem, was wir lieben, leben (in unseren Vorstellungen, Gefühlen und Gedanken). Jede Arbeit hat ebendenselben Erfolg, indem sie uns

mit etwas ausser uns Liegendem beschäftigt — je mehr wir mit Lust und Liebe arbeiten, um so mehr findet ein Aufgehen in jenen Dingen ausser uns statt und um so höher ist der sittliche Werth der Arbeit für uns selber.

Die ungeheure Bedeutung der Arbeit für das geistige Wohlbefinden springt hierdurch in die Augen.

Das Versenken in die ausser uns liegenden Dinge kann aber auch etwas höchst Krankhaftes sein, wenn es zum Selbst-Verlieren wird; da ist der Punkt, wo die Herrschaft der Leidenschaft eintritt.

Die richtige Liebe und die richtige Arbeit ist die, wobei der Mensch sein besseres Selbst nicht verliert, sondern im Gegentheil findet und stärkt. Das wird aber überall nur da sein, wo er das Gute (Göttliche) liebt und dafür arbeitet. Denn das Gute (Göttliche) ist in seinem Wesensgrunde überall Eines und Dasselbe, und indem der Mensch es beispielsweise in seinem Nebenmenschen liebt, ist es thatsächlich sein eigenes besseres Selbst, das er in diesem wiederfindet und mit Liebe umfasst.

Mit anderen Worten: Das, was in uns als Liebe thätig ist, ist der Gott in uns, und das, was wir in Anderen lieben, ist Gott in ihnen.

So allein ist wahre Liebe beschaffen und darum ist sie unvergänglich wie die Gottheit. Die bloss sinnliche, vergängliche Liebe wird nur uneigentlich so genannt.

Dass auch wahre Liebe sich in ihrem Objecte täuschen und etwas für gut und liebenswerth halten kann, was dies durchaus nicht ist, versteht sich von selbst. Ueber den Gott im Anderen kann sie irgehen, sie selbst muss aber den Gott immer in sich tragen, wenn sie wahre Liebe ist.

Je mehr wir reich an wahrer Liebe werden, um so mehr füllt sich unsere Phantasie von selber mit wahren, schönen Bildern, um so glücklicher fühlen wir uns also, und mit der geläuterten

und bereicherten Phantasie geht Hand in Hand ein reinerer und stärkerer Wille und die daraus sich erzeugende That. So wird unser Leben ein reges Schaffen des Guten und damit beglücken wir uns und Andere.

Der köstliche Trost, der in einem starken Gottbewusstsein*) liegt, ist die Gewissheit: dass das Göttliche nirgends ganz fehlt, dass es namentlich in der Menschheit, wie viel Unwahres und Krankhaftes auch in derselben sich vorfinden möge, überall zu finden ist. Nichts kann existiren, das nicht den göttlichen Funken in sich trägt, denn Gott allein ist wirklich existent, indem er das Wesen ist hinter all den unendlichen Formen, welche die Aussenwelt der Welt zeigt. Das Ungöttliche ist nichts Existentes, sondern nur eine Negation.

Wenn nun überall Göttliches in den Menschen sich vorfindet, so verdienen diese auch überall unsere Liebe und da Göttliches und Göttliches als Wesens-Eins sich zu einander hingezogen fühlt, so dürfen wir auch auf Gegenliebe der Menschen rechnen, sofern wir eben ihre gute (göttliche) Seite zu erfassen wissen.

Mag uns also von den Menschen widerfahren was da wolle, diese Wahrheiten müssen uns lehren, dass wir nie in der Liebe zu unseren Mitmenschen erkalten dürfen.

Nur göttliches Leben ist wahres Leben. Göttliches Leben haben wir aber nur insofern der Gott in uns mit dem Gott ausser uns zusammenlebt, das heisst indem wir das Gute (Göttliche) in der Welt, und zunächst in unseres Gleichen, den Menschen lieben.

Leben heisst daher Lieben, und das grösste und wichtigste aller Naturgesetze ist, dass der Mensch lieben soll, indem dies die erste Bedingung des Lebens ist. Der Liebende ist reich, der Egoist ist arm an den höchsten Gütern des

*) Was hier unter Gottbewusstsein zu verstehen ist, wird nach dem Vorausgegangen keinen Missdeutungen mehr unterliegen.

Lebens. Wenn ich liebe, so gebe ich mir etwas, wenn ich hasse, so nehme ich mir etwas.

An dieses Naturgesetz der Liebe in diesen Blättern zu erinnern, und es einmal skizzenhaft zu analysiren, hat uns zweckmässig geschienen, weil es zu dem Naturgesetz vom physischen Leben, das der Vegetarianismus enthält, gehört, wie der Geist zum Körper; keines ist vom anderen trennbar. Die physische Gesundheit ist unmöglich ohne die geistige Gesundheit; nur wenn der Geist stark und frei ist, kann auch das Körperleben zur vollen Blüthe sich entfalten.

Wir Vegetarianer aber haben noch besondere Ursache, jenes höchste Naturgesetz der Liebe zu beherzigen, weil wir durch unsere Sonderstellung gegenüber der Mitwelt leichter als Andere in eine unnatürliche Entfremdung zu derselben gerathen.

Durch solche Entfremdung aber verstossen wir gegen das Naturgesetz und werden somit indirect dem Vegetarianismus selber wieder untreu, indem wir ihm vielleicht übertrieben treu sein wollen. Während wir auf der einen Seite gewinnen, verlieren wir auf der andern Seite. Darum mögen wir uns unter allen Umständen davor bewahren, uns verbittern zu lassen und als Einsiedler von der Welt zurückzuziehen, vielmehr wollen wir uns als Vegetarianer erst recht als lebendige, mitfühlende und mitthätige Glieder in der Familie der menschlichen Gesellschaft fühlen und so Segen über uns und andere zu verbreiten suchen. □

Eine vegetarianische Mutter.

Gewiss sind Manche zwar wohl im Allgemeinen von der Wahrheit unserer Sache durchdrungen, doch aber haben sie noch Bedenken, ob dieselbe in ihren äussersten Consequenzen wirklich auch auf alle Gebiete des menschlichen Lebens Anwendung finden könne; es gebe doch mancherlei Ereignisse namentlich im Leben der Mutter, bei denen eine

altherwürdige Erfahrung doch sattsam genug zeige, welche Richtung man einzuschlagen habe, um sicher durch die drohenden Gefahren hindurchzusteuern. Dass aber grade diese von Alters her befolgte Praxis für das einsichtige Auge unsägliches Elend mit sich führt, dass ihr zu Liebe tausende von Müttern in ein vorzeitiges Grab gesunken, hunderttausende von Kindern ihnen vorangegangen oder nachgefolgt und schmerz erfüllte Gatten und Väter zurückgelassen haben — was thut das?? Solches Elend — so meint man dann — hat seinen Grund in wer weiss was Anderem gehabt, dem der kurzsichtige Mensch nicht nachkommen kann; nur nicht in eigener Schuld.

Solchem Zustande gegenüber giebt es vielleicht nichts Vertrauenerweckenderes, als an Beispielen aus dem wirklichen Leben zu sehen, wie das Heil stets nur darin liegen kann, der klaren Stimme der Natur unbeirrt zu folgen, wenn sie uns auch Wege führt, welche gegen die Meinung Tausender und gegen die Autorität der Jahrhunderte angeht.

Aus diesem Grunde und im Hinblick darauf, dass die Leser dieses Blattes öfters in demselben aufgefordert worden sind, ihre als Vegetarianer auf diesem oder jenem Lebensgebiet gemachten Erfahrungen zum gemeinsamen Wohle hier niederzulegen, scheint es mir von Wichtigkeit und darum auch von allgemeinem Interesse zu sein, wenn ich hier in kurzen Zügen Einiges aus den Erfahrungen einer jungen Mutter bei Gelegenheit ihrer ersten Niederkunft mittheile.

Zum vollen Verständniss des Folgenden wird es nöthig sein, voranzuschicken, dass meine Frau, Dank der leider so allgemein üblichen verkehrten leiblichen Erziehung in ihren Kinderjahren, obwohl von Haus aus mit zwar zartem Körperbau aber guter Gesundheit begabt, von ihrem 13. Jahre an bis in das 22. mit der ausgebildetsten Bleichsucht und den dieselbe begleitenden

bekanntem misslichen Erscheinungen behaftet war. Sie hatte in Folge davon „viel erlitten von vielen Aerzten“ und selbstverständlich war das Uebel dadurch nur immer ärger geworden.

Bereits war ihre Gesundheit auf einen solchen Grad reducirt, dass neben einer fortwährenden Mattigkeit, einer allgemeinen Schwäche und Herabstimmung des gesammten Nervensystems, als besonders beängstigende Erscheinungen, ein täglich wiederkehrendes fieberhaftes und ungestümes Arbeiten und Stürmen der Pulse fast zur Regel geworden war, und mitten in diesem Stürmen war es oft, als wollte das Herz seinen Dienst versagen, es stockte auf Augenblicke, um dann um so ungestümer weiter zu hämmern, und ihr war es dabei nicht anders zu Muthe, als wolle es für immer stehn bleiben. Nur mit Mühe konnte sie noch Treppen steigen, selbst kurze Spaziergänge waren ihr beinahe zur Unmöglichkeit geworden. Ausser einem 1/2jährigen „freiwilligen Hinken“ vollendeten ödematische Anschwellungen der Füsse, der Beine und des Unterleibes, die bereits einige Male in bedenklichstem und schmerzhaftestem Grade sich eingestellt hatten, das traurige Bild ihres Gesundheitszustandes.

Ende März 1868 lernte sie die Principien der naturgemässen Lebensweise kennen, entsagte am 1. April der alten Unnatur und gab sich dem neuen, naturgemässen Leben ganz und völlig hin. Sofort fingen ihre Leiden an, sich zu bessern, und in etwa 4 Wochen war die Bleichsucht verschwunden und die damit zusammenhängenden bekannten Störungen beseitigt, was selbstverständlich medicinische Gifte nie hatten und nie hätten zu Wege bringen können. Ich hörte zwar vor Kurzem einen der berühmtesten Naturforscher der Gegenwart, speciell Professor der Physiologie, in einem öffentlichen Vortrage aussprechen, die Eisenkur gegen die Bleichsucht sei beinahe die einzige, rationelle Kur der heutigen Medicin. Was aber

diese blödsichtige „rationelle Kur“ leistet — wer wüßte es nicht? Wohl ist der gesammte menschliche Organismus wie jeder andere dem Chemismus unterworfen, doch aber ist er keine ordinäre chemische Retorte!

Als ich meine Frau im Mai vorigen Jahres kennen lernte, war zwar die wiederkehrende Kräftigung bereits in erfreulichster Weise wahrzunehmen, doch aber wollten, wenn auf unsern Spaziergängen der Weg nur mässig bergan führte, Lunge und Herz noch ihren Dienst versagen, und oft mussten wir stehen bleiben, damit die beengte Brust wieder genug Luft fassen und das stürmisch pochende Herz sich wieder in etwas beruhigen konnte.

Dass ich unter solchen Umständen nicht ohne einige Besorgniss an unsere Ehe dachte, liegt wohl nahe genug. Indess meine eigenen Erfahrungen während der letzten 4 Jahre, die ich treu in der naturgemässen Lebensweise verbrachte, sowie der schon so überaus günstige Erfolg derselben bei meiner Braut in der kurzen Zeit ihrer Bekanntschaft mit derselben, ermutigten mich wieder, und so traten wir denn im Sommer desselben Jahres unsere Ehe an. Unsere einfache Kost, deren Hauptbestandtheile gutes Weizenschrotbrod und Obst bildete, sowie die unumgänglich nothwendige, regelmässige, tägliche Ganzwaschung des Körpers, tägliche Bewegung in freier Luft bei jedem Wetter, gymnastische Uebungen des Morgens nach dem Waschen und Abends vor dem Schlafengehen, das Schlafen in frischer Luft, d. h. bei geöffneten Fenstern, das Vermeiden aller thörichten und schädlichen Kleidungsstücke etc. — alles dies konnte unmöglich verfehlen, die Gesundheit meiner Frau auf den höchstmöglichen Grad zu heben, und in der That war es eine Freude, zu beobachten, wie ihre bisher misshandelte Natur der durch Vorurtheile geschmiedeten Fesseln entledigt, der Freiheit sich bewusst zu werden begann.

Ein längst nicht mehr gekanntes und empfundenes Wohlsein machte sich geltend und goss seinen Zauber über das Leben wie frisches Morgenlicht, wie ein Traum aus der Kindheit.

So kam die Zeit heran, in der wir unser Erstgebornes zu erwarten hatten. In der ganzen daraufhinweisenden Periode war selbstredend der Zustand meiner Frau in vernünftiger Weise im Auge behalten worden, bei Vermeidung jeglicher Aengstlichkeit und Peinlichkeit in Bezug auf leibliche Thätigkeit, selbst anstrengende. Ohne eine Spur jener Legion von verschiedenartigsten Beschwerden, die man gewöhnlich als mit dem bewussten Zustand zusammengehörig darstellt, verflossen die Wochen, die Monate, immer und immer warteten wir auf die bekannten Unannehmlichkeiten, vergebens, sie blieben unerbittlich weg, die Gesichtsfarbe meiner Frau wurde von Woche zu Woche frischer, so dass ich selbst nicht genug staunen konnte über den herrlichen Gang der Natur, der man ihren Lauf lässt. Dem entsprechend steigerte sich auch ihr Wohlbefinden, so dass sie oft genug die Bemerkung machte, sie fühle sich wie ein junges Mädchen und nicht wie Eine, die bald Mutter werden solle.

Am 26. Juni dieses Jahres wollten wir noch einmal im Naturgenusse schwelgen, wozu uns voraussichtlich in Bälde keine Zeit mehr bleiben würde. So unternahmen wir denn einen Spaziergang an das hintere Ende des „Salzsees“.

Es war ein wundervoller Tag, den wir ganz und gar im Freien verbrachten, indem das köstliche Brod und Kirschen die leidige Kneiperei für uns überflüssig machten. Ein herrliches Bad in den klaren Fluthen des sonnigen Sees erquikte die vom Marsch bestaubten Glieder, wir empfanden so recht lebhaft, was Rausse so wunderschön in seiner kernigen Weise sagt: „Dem Gesunden fliesst überall der Honig der

Freude und des Glückes! Wenn er erwacht, so freut er sich dessen und mit ihm seine Glieder, die erfrischt sich loswickeln aus der Umrankung des Schlafes; er hat Freude und Labung am Athem, den er mit weiter Lunge zecht aus der grossen Bowle des Aethers; er hat Wollust am goldenen Sonnenschein, an den Fluthen der Saaten und an den Wellen der Thäler und Berge!“

Als wir des Abends spät nach Hause kamen, hatten wir einen neunstündigen Marsch zurückgelegt und zwar mit der grössten Leichtigkeit selbst von Seiten meiner früher so gebrechlichen und schwachen Frau, und es wollte ihr scheinen, als wenn in den folgenden Tagen ihr Wohlbefinden nur noch gesteigert wäre.

Hätten wir freilich damals geahnt, dass 6 Tage später die Niederkunft vor sich gehen würde, wir hätten eine solche Tour vielleicht nicht mehr gewagt. Die einzigen Beschwerden, die meine Frau in Folge ihres Zustandes durchzumachen hatte, stellten sich erst in den allerletzten Tagen ein und bestanden auch da in nichts Anderem, als in einer durch die Natur der Sache begründeten geringen Schwerfälligkeit der Bewegungen, sowie beim Aufstehen.

Am frühen Morgen des 2. Juli, während wir unserer Gewohnheit gemäss auf einem reizenden Plätzchen vor der Stadt — den Blick auf die sonnigen Fluren der „goldenen Aue“ gerichtet — unser Brod- und Kirschen-Frühstück verzehrten, stellten sich geringe Leibschmerzen bei meiner Frau ein, die nach wenig Augenblicken wieder verschwanden, um in einiger Zeit wiederzukehren.

Wir hatten Beide bestimmt geglaubt, meine Frau müsse ohne die in solchen Zuständen üblichen Beschwerden durchkommen, weil jene ja keine Krankheitserscheinungen sind, sondern ein normaler Entwicklungs-Vorgang, so dass wir uns der Beschwerden geschämt hätten, als eines Beweises, dass wir, obschon

so alt geworden, noch nicht gelernt hätten, in leiblicher Beziehung recht zu leben, d. h. uns vor Krankheiten zu bewahren. In ihrer Unerfahrenheit wollte meine Frau in der That beinahe ärgerlich werden über die Schmerzen, die nach unserer Meinung gar nicht zu kommen hatten; diese aber liessen sich dadurch nicht beirren, sondern wiederholten sich des Tages noch öfters, ohne jedoch besonders lästig zu sein. Die um Rath gefragte Hebamme constatirte, die Schmerzen seien die „vorbereitenden Wehen“, am nächsten Tage würde die Geburt vor sich gehn. Den Tag über ging meine Frau ihren gewohnten häuslichen Beschäftigungen nach, ohne dass in ihrem Befinden sonst eine Aenderung eingetreten wäre. Am Abend kamen wir erst von 8—9 Uhr dazu, unsern gewohnten Abendspaziergang zu machen, nach demselben machten wir einige Einkäufe in der Stadt, worauf wir gemeinschaftlich an die Schluss-Arbeit des Tages gingen, nämlich sämtliche Lichtbilder, die meine Frau im Laufe des Tages copirt, vergoldet und gewaschen hatte, zu beschneiden und auf Cartons zu ziehen. Um 10 Uhr war's gethan; sodann wurde alles zum bevorstehenden Ereigniss Nöthige herbeigeschafft und in Ordnung gebracht. Um 1/211 trat eine entschiedene Aenderung im Befinden meiner Frau ein, die bewussten Schmerzen kehrten rascher wieder und nahmen, während sie bisher nur als lästige Unbequemlichkeiten aufgetreten waren, nun den Character entschiedener Schmerzen an; mit nicht geringer Bangigkeit sah ich der kommenden Nacht entgegen; die gewaltige, unvermeidliche Katastrophe war vor der Thür! Meine Frau wurde etwas unruhiger, empfand vor Allem ein lebhaftes Bedürfniss nach einer kalten Ganzwaschung, welche auch sofort ausgeführt wurde. Dadurch bekamen die Wehen — denn nichts Anderes waren jene Schmerzen — einen kräftigeren Impuls. Meine Frau suchte nun ihr Lager auf und forderte mich

auf, ein Gleiches zu thun; allein es schien gerathener, die Hebamme zu rufen, mit der ich endlich um $\frac{1}{2}$ 12 zurückkam. Unter ihrer Beihülfe nahmen die Wehen sofort einen energischeren Character an, sie folgten einander nun mit gewaltiger Macht Schlag auf Schlag, kaum nur einige Secunden der Ruhe zwischen sich lassend.

Ich hatte am Tage zu meiner Beruhigung noch einmal den ganzen Geburtsvorgang in einem wasserärztlichen Werk durchstudirt, weil ein naturärztliches über diesen Gegenstand mir nicht zu Gebote steht. Vergebens wollte ich nun die verschiedenen Studien und Perioden des ganzen Vorgangs beobachten, wie sie in jenem Buche geschildert waren — nichts von alle dem war zu bemerken; die Natur geht eben ihren eigenen sicheren Gang unbekümmert um wasserärztliche Bücherschreibereien; sie geht stets in prachtvollster Majestät einher und Wonneshauer durchrieseln allüberall den Naturfreund, der sie in ihrem Schaffen belauscht, mag er nun durch das Mikroskop die geheimnissvollen Saftströmungen in den Staubfädenzellen gewisser Pflanzen beobachten oder in stiller Nacht mit dem Fernrohr die gewaltigen Welten-Complexe bewundern, die selbst dem schärfst bewaffneten Auge nur als matte Nebelwölkchen erscheinen, oder mag er staunend vor dem, wenn auch alltäglichen, aber doch colossalen Experiment einer Geburt stehen.

Dass eine starke Erregung während der Wehen mit ihren obligaten Schmerzen sich geltend machte, war natürlich; doch aber war nichts wahrzunehmen von jener fieberhaften, furchtbaren Erregung des ganzen Organismus, nichts von jenem Angstschweiss — bei sonst gesunder und thätiger Haut; und wiewohl wir nicht mit Unrecht eine schwere Geburt vermuthen konnten — wiewohl der Kopf des Kindes, wie sich bald herausstellte, einen bedeutenden Umfang hatte — so ging doch der ganze Act, wenn auch nicht schmerzlos, aber doch

gewissermassen spielend ab. Eine doppelte Umschlingung des Halses wurde durch die Hebamme im Nu beseitigt, und $\frac{1}{4}$ nach 12 war der kräftige Junge erschienen und kündete der Welt zunächst durch Niesen und dann durch Schreien sein Vorhandensein an. Ein neuer Mensch hatte sein Erdenleben begonnen, bestimmt, glücklich zu werden und womöglich viele Andere glücklich zu machen — ein ächter „Kern-Vegetarianer“.

Sofort nach der Geburt kam die Placenta völlig schmerzlos zum Vorschein und — wie weggeblasen waren alle Schmerzen, keine Spur jener obligaten Mattigkeit und Schwäche, im Gegentheil konnte sich meine Frau nicht genug darüber wundern, dass es ihr kaum so zu Muthe sei, als sei etwas Besonderes mit ihr vor sich gegangen. Sie war völlig munter und bei Kräften, empfand vor freudiger Erregung über den glücklichen Ablauf durchaus kein Bedürfniss nach Schlaf, vielmehr Bedürfniss nach Unterhaltung mit mir und vor allen Dingen Bedürfniss nach — frischen süssen Kirschen, die wir schon vorher zurecht gestellt hatten, und die nun, nach überstandnem Kampfe meinem tapferen Weibchen vortrefflich mundeten.

Erst nach einigen Stunden überliessen wir uns Beide einem erquickenden Schlummer, selbstverständlich bei sofort nach der Geburt wieder geöffneten Fenstern, nachdem der kleine Vegetarianer sich erst noch zum grossen Ergötzen seiner jungen Mutter an der ihm von der Natur bestimmten Quelle gelabt hatte.

Am andern Morgen machte ich in freudiger Erregung meinen gewohnten kleinen Morgenspaziergang, worauf wir zusammen wie gewöhnlich unser Schrotbrod und Kirschen frühstückten. Als bald darauf die Hebamme uns wieder besuchte und den Teller mit Kirschen beim Bette stehen sah, machte sie ein bedenkliches Gesicht und warnte mit Ernst vor dem Genuss der Kirschen;

etwas Gekochtes, leichte Suppen, Breie und dergl. seien nothwendig, und wenn Durst sich melde, „abgekochtes Wasser“, ja kein frisches. Auch redete sie meiner Frau, die, sich langweilend, bei offenen Fenstern im Bette sass, mit freundlichem Ernst zu, doch ja nicht so unvorsichtig zu sein; wenn auch Alles gut abgelaufen sei, wenn sie sich auch noch so wohl fühle, so sei sie doch immerhin eine „Wöchnerin“, bedürfe der Ruhe und solle sich hübsch sorgfältig zugedeckt halten, ein Wochenbett sei als solches zwar kein Krankenbett, könne aber gar leicht eines werden, 3 Tage müsse sie mindestens im Bette bleiben! — ein schrecklicher Gedanke für Jemand, der sich völlig wohl fühlt. Kurz, sie meinte es treu und gut mit uns und war in ihrer Weise gewissenhaft auf unser Bestes bedacht; wir aber befreiten sie lächelnd von jeglicher Verantwortung für alle Folgen, die unsere Nichtbeachtung ihrer Anordnungen nach sich ziehen würde.

Aus einer gewissen Scheu, wir möchten in einer Sache, in der wir noch keine Erfahrung hatten, einen Fehlgriff thun, der böse Folgen haben könne, schien es uns gut, dass meine Frau für's erste noch das Bett hüte; aber sie ihrerseits sah den Zweck nicht ein, langweilte sich und meinte am Nachmittag, sie könne es nicht mehr aushalten, ob es denn schaden müsse, wenn sie aufstehe?

Natürlich wurde diesem instinctiven Drange nachgegeben, sie stand auf, nahm sofort eine Ganzwaschung des Körpers mit kaltem Wasser vor, nach der sie schon den ganzen Tag sich geseht hatte, legte frische Leibwäsche an, da wir, der herrschenden Ansicht entgegen — selbst in dieser Lage Reinlichkeit und Erfrischung der Haut — natürlich vernünftig angewendet — dem Körper zuträglicher hielten als das Gegentheil. Meine Frau brachte sodann unsern kleinen Alfred in das Wohnzimmer, dessen Fenster

natürlich nicht verhängt waren, und hielt ihn auf dem Arme, so dass ich von dem kleinen Weltbürger 2 photographische Aufnahmen machen konnte, und Abends 10 Uhr sah sie noch (zum Entsetzen einiger Nachbarn, welche sie bemerkten) vom Fenster aus dem Miniatur-Freuden-Feuerwerk zu, welches ich vor Freude über des kleinen Vegetarianers Ankunft vor dem Hause losbrannte.

Am nächsten Morgen wurde selbstredend die gewohnte kalte Ganzwaschung nicht versäumt; meine Frau ging den ganzen Tag nicht mehr in's Bett, besorgte vielmehr die leichteren häuslichen Geschäfte, empfing das Publicum, das sich wollte photographiren lassen. Am dritten Tag war sie mit ihrer gewohnten Beschäftigung wieder im vollen Geleis, besorgte das Hauswesen, copirte eine gehörige Anzahl Bilder im Atelier, vergoldete, wusch sie wie gewöhnlich, ging mit mir spazieren, nahm den Jungen mit, und das Alles ohne Beschwerden zu empfinden. Kurz es war, als ob nichts Sonderliches vor sich gegangen sei, nur dass meine Frau fühlte, dass sie sich vor leiblicher Anstrengung zu hüten habe.

Wo bleibt denn nun das „Wochenbett“, die so äusserst gefährlichen „Wochenschweisse“, das „Kindbettfieber“, die „Wochensuppen“ und dergleichen Schnurren mehr? Ob's Andere nöthig haben, weiss ich nicht; für uns waren's eben nichts mehr als Schnurren, die in der alten verkehrten Lebensweise ja wohl ihren gewissen Grund haben mögen. Wir aber konnten uns so recht erhaben fühlen über all die bedenklichen Mienen und die klugen Urtheile unserer Umgebung, die uns nichts Gutes weissagten — „es komme einem oft erst später nach Hause!“

Nun, wir können's getrost abwarten; bis jetzt, nach 22 Wochen, ist uns noch nichts „nach Hause gekommen“. Noch muss ich bemerken, dass gleich von Anfang an das Stillungs-Geschäft mit grösster Leichtigkeit vor sich ging.

Als in den ersten Tagen in Folge noch geringen Nahrungsbedürfnisses unseres Kleinen die sich häufende Milch eine bedeutende und ziemlich schmerzhaft Spannung zu Wege brachte, thaten nasse, kalte Umschläge ausserordentlich wohl, ausserdem kaufte ich für einige Pfennige eine gewöhnliche, kleine thönerne Tabakspfeife, mit deren Hülfe die „Wöchnerin“ sich selbst die überflüssige Milch auszog, und Alles war wieder gut. Die Nahrung der Mutter bestand **einzig** aus Brod und etwas frischem Obst, und dabei ist Milch in reichlichster Fülle vorhanden, auch ohne den von Vielen für nöthig gehaltenen Milchgenuss der Mutter.

Seit jenem 3. Juli sind 22 Wochen verflossen, in denen sich das Wohlsein meiner Frau stets gesteigert hat, dabei ist es wunderbar, zu beobachten, wie die Natur seitdem Veranlassung genommen, in äusserst energischer Weise an allen Enden und Ecken, auf die verschiedenste Art und Weise den Ausschleissungskampf zu eröffnen gegen alte Uebelstoffe, die als traurige Denkmale der „guten alten Zeit“ und ihrer Heilkünstler noch im Körper aufgespeichert lagen. Von Tag zu Tage blühte die Gesundheit meiner Frau mehr und mehr auf; „Niemand sieht es ihr an, dass sie ein Kind stillt“ — sagen die Menschen um uns her; ein Auge aber, das Sinn hat für die Herrlichkeiten der Natur, sieht es ihr grade erst recht an, dass sie ein Kind stillt, denn sie sieht frisch und blühend aus, wie als Jungfrau nie. Vielleicht gewährt es noch einiges Interesse, dass ich 3 Wochen nach der Niederkunft, zur Geburtstagsfeier meiner Frau, mit letzterer und dem Kleinen einen mehrstündigen Ausflug nach einem schönen Waldrand machte. Der Junge wurde den Hin- und Rückweg von seiner Mutter getragen. Zufällig war es für hier der wärmste Tag des diesjährigen Sommers. Dass abermals ein frisches Bad im klaren Bächlein dazu beitragen musste, den

schönen Tag uns noch genussreicher zu machen, bedarf der Erwähnung nicht.

Und unser kleiner Alfred? Nun, dem ist bis jetzt auch noch nichts „nach Hause gekommen“, er zecht mit colossalem Appetit seine köstliche Nahrung, ist mit seinem vom ersten Augenblick an ziemlich hartem Lager und kühler Bedeckung ganz zufrieden (wird nie „getragen“ schreit nur, wenn er Hunger hat), trägt nie ein Mützchen, wird täglich mindestens einmal kühl gebadet, was ihm augenscheinlich sehr behagt, und wird nach dem Bade, wenn die Sonne scheint, nicht abgetrocknet, sondern in die Sonne gelegt und ihr das Trockengeschäft überlassen, wobei der Kleine kaum weiss, wie er sein Wohlbehagen der Mitwelt zu erkennen geben soll. Dabei gedeiht er ausserordentlich, nahm nach den ersten Wochen täglich durchschnittlich gegen 4 Loth an Gewicht zu, welches tägliche Maass er später auf Knapp 2 Loth und jetzt auf 1 Loth reducirt hat. Die frischen, rothen Bäckchen und die leuchtenden, klaren Augen sind das beredteste Zeichen seiner vollkommensten Gesundheit, bei der er selbst uns, seine Eltern, die wir ihn täglich vor Augen haben, durch seine urkräftige Körper-Entwicklung in Erstaunen setzt. Selbstverständlich staunt unsere Umgebung, die noch nie so etwas gesehen, noch vielmehr. Und warum wollen sie dennoch nicht klug werden? Die Gedankenlosigkeit und der träge und feige Autoritätsglaube, zu welchem sie erzogen sind, das sind die schmachvollen Fesseln, welche die armen Menschen in ihrem Unglück festhalten.

Wohl weiss ich, dass Vieles von dem in diesen Zeilen Erwähnten nichts Neues bietet und dass manche andere Frau eine Geburt noch leichter überstanden hat, selbst bei der alten, unnatürlichen Lebensweise. Erwäge ich aber den früheren Gesundheitszustand meiner Frau und ihre zarte Körperbeschaffenheit, welches beides wohl Grund genug schien

zu schlimmen Befürchtungen, so ist's genug, um den ganzen Vorgang mit allen seinen Folgen, in unsern Augen wenigstens, als etwas beinahe Wunderbares erscheinen zu lassen.

Und nun, ihr Mütter, geht hin und thut desgleichen, überwindet eine unbegründete Furcht, geht vertrauensvoll an der liebenden Hand der Natur einher und folgt allein ihrer so wohlmeinenden Stimme, sie wird und muss euch stets den besten Weg führen, sie wird euer Vertrauen stets köstlich lohnen; und wo vorher Jammer und Elend herrschte, da wird Freude und Wonne die Fülle einziehen, da wird der „Himmel auf Erden“ im Vollsinn des Wortes seinen freudenreichen Einzug halten und mit seinem Zaubergranz das ganze Hauswesen, das ganze Leben verklären!

Eisleben. Nauhaus.

Aus den Alpen.

Ich kam aus Chamounix am Fusse des Montblanc, mit seinen grossen Hotels mit englischem Comfort und englischen Preisen. Prächtig war der Tag und weithin schweifte der Blick über die grossartig wilden Partien des Thales, das zur Tête noire (schwarzes Haupt) führt. Eine starke Rauchsäule, die ich an dem entgegengesetzten schroffen Thalhange hoch oben bemerkte, veranlasste mich zu der Frage an den Führer: woher das Feuer? „O das sind Hirten, die sich auf solche Weise amüsiren“ bemerkte Jer. Die kochen sich wohl ihren Kaffee, erwiedere ich darauf. Er aber lachte hell auf. „Die haben keinen Kaffee, den finden sie überhaupt in diesen abgelegenen Thälern nicht; hier lebt man von Milch, Käse und dem wenigen, was der Boden an Kartoffeln und zu Brod liefert.“ Und man befindet sich ganz wohl dabei? frug ich. „O ganz gewiss.“ □

Aus den Anden.

Nach dem „Ausland“ 1869 Nr. 10. leben die Indianer Valdivias wesentlich von der harina tostada, d. h. von gerösteter Gerste und Weizen; sie be-

freien die gerösteten Körner durch Reiben von den abspringenden Hülsen, mahlen die Frucht dann, und versetzen sie mit kaltem Wasser. Der Berichterstatter findet dies Gericht eben so wohlschmeckend als nahrhaft und sagt unter Anderem: „Es kann meines Erachtens kein besseres Nahrungsmittel für Heere auf Marschen geben, denn die harina tostada enthält bei verhältnissmässig geringem Gewicht und Volumen sehr viel Nahrungsstoff und bedarf keiner Zeit raubenden Zubereitung und keines Brennmaterials. Man kann ihren Geschmack durch Zusatz von etwas Zucker auch verbessern.“ — Auch mit Milch versetzt soll sie sehr behagen. — Ein ander Gericht ist Mote, Mais oder Weizen mit Asche angekocht, so dass sich die Schalen lösen. Dann werden die Körner gewaschen, gar gekocht und mit gekochtem Obst genossen. — E. B.

Lamartine.

In der in Nr. 11 des „Vereinsblattes“ enthaltenen Biographie von Gleizès findet sich (Seite 163) folgende Notiz: „Er versuchte unter den angesehensten Literaten der zeitgenössigen Epoche Jünger zu erwerben. Chateaubriand, Lamartine, Lamennais waren taub gegen seine Ermahnungen.“

In Betreff Lamartine's ist diese Mittheilung ungenau. Zwar hatte der gefeierte Dichter und Staatsmann neben manchen anderen Schwächen auch die, dass er an den lucullischen Mahlen der Pariser grossen Welt, zu denen man ihn so oft lud, Theil nahm; principiell indessen war der Sänger der „Méditation poétiques“ ein warmer Anhänger der blutlosen Diät, wie folgende Stelle seiner „Confidences“ beweist. Er sagt (Buch 4, Kapitel 8) wörtlich:

Meine physische Erziehung gründet sich in vielen Stücken auf Pythagoras und Rousseau's „Emile.“ Grösste Einfachheit in der Kleidung und strengste Mässigkeit in der Nahrung bildeten die Grundlage derselben. Meine Mutter

war überzeugt (und auch ich bin von dieser Ueberzeugung durchdrungen), dass das Töden der Thiere zu dem Zweck, ihr Fleisch und Blut als Nahrung zu benutzen, eine Verirrung ist, welche wie ein Fluch auf dem gefallenen, in sündiger Entartung verstockten Menschen lastet. — Sie glaubte (und ich glaube es ebenfalls), dass die gewohnheitsmässige Verhärtung des Herzens den sanftesten Thieren gegenüber, die doch unsere Gefährten, unsere Gehülfen und Brüder bei der Arbeit sind, das Opfern derselben auf dem Altar unserer Blutgier und der Anblick des zuckenden Fleisches dazu angethan sind, die edlen Regungen des Menschenherzens abzustumpfen, ja zu ersticken. — Sie glaubte (und ich glaube es ebenfalls), dass die Fleischkost, dem Anscheine nach so „voll Saft und Kraft“, reizende und der Verwesung anheimgefallene Elemente enthält, welche unreines Blut erzeugen und das Leben des Menschen verkürzen. — Zum Beweise für diese Ideen der Enthaltensamkeit betrieb sich meine Mutter auf die zahlreiche, friedliebende und fromme Bevölkerung Indiens, die Alles verschmäht, „was Leben gehabt hat,“ sowie auf die kräftigen und gesunden Geschlechter der Hirtenvölker und auf unsere Landbewohner (im südöstlichen Frankreich), welche die schwerste Arbeit verrichten, verhältnissmässig am tugendhaftesten und längsten leben und nicht zehnmal in ihrem Leben Fleisch geniessen.

Bevor ich in den Strudel des Gymnasiallebens gerieth, habe ich nie Fleischkost gegessen. Um mir jedes Verlangen danach zu nehmen — falls es vorhanden gewesen wäre — gebrauchte meine Mutter nicht etwa Vernunftsgründe, sondern wendete sich allein an den Instinkt, dessen Stimme zum Kindesherzen lauter spricht, als die der Vernunft.

Ich besass ein Lämmchen, das mir ein Bauer aus Milly (Lamartine's Geburtsort) zum Geschenk gemacht hatte,

und so an mich gewöhnt war, dass es mir wie der treueste Hund überall auf dem Fusse folgte. Das Thierchen war mein steter Begleiter und liebster Spielkamerad. Eines Tages sagte die Köchin in meiner Gegenwart zur Mutter: „Das Lamm ist fett, gnädige Frau; der Schlächter will es abholen, soll ich es ihm geben?“ — Laut aufschreiend breitete ich schützend die Arme über mein Lämmchen und fragte, was der Schlächter mit ihm machen wolle und was so ein Schlächter für ein Mann wäre. Die Köchin erwiderte mir, das sei ein Mann, der die Lämmer und Hammel, die kleinen Kälber und die schönen Kühe für Geld tödte. Ich mochte das nicht glauben. Ich bat um Gnade für meinen Freund, und die Bitte wurde mir gern gewährt, einige Tage darauf, als meine Mutter nach der Stadt ging, nahm sie mich mit und liess mich, wie zufällig, in den Hof einer Schlächterei eintreten. Da sah ich Männer mit nackten, blutigen Armen, welche mit der Axt Ochsen zu Fall brachten; andere, welche Kälber und Schöpse todstachen und die noch zuckenden Glieder in Stücke zerlegten. Rauchende Blutströme flossen über das Pflaster... Mitleid und Abscheu ergriffen meine Seele. Ich bat, mich rasch wegzuführen. Die Erinnerung an die schauerhaften, Ekel erregenden Auftritte, deren Zeuge ich gewesen, und die doch immer der Zubereitung der Fleischgerichte, welche auf dem väterlichen Tische erschienen, voraufgehen mussten, flösste mir tiefsten Widerwillen gegen die animalische Nahrung und Abscheu vor dem Gewerbe eines Fleischers ein. — Obgleich die gesellschaftlichen Verhältnisse mich später genöthigt haben, meine Lebensweise der allgemein üblichen anzupassen, so hat doch stets der Fleischgenuss meiner innersten Ueberzeugung widerstrebt und immer ist es mir schwer geworden, das Gewerbe eines Schlächters nicht mit dem eines Henders zu vergleichen.

So lebte ich denn bis zu meinem zwölften Jahre allein von Brod, Mehlspeisen, Gemüse und Obst. Stets erfreute ich mich der besten Gesundheit, und vielleicht verdanke ich gerade dieser Lebensweise die Reinheit und das Ebenmass meiner Gesichtszüge, die mir inne wohnende Empfänglichkeit und Tiefe des Gemüths, sowie die heitere Seelenruhe, welche ich mir bis zur gegenwärtigen Stunde bewahrt habe. †

Die Zähne.

1 „Die Diätetik der Zähne und der Einfluss der Nahrung auf die Erhaltung derselben. Von Alex. Scheller jun., practischer Zahnarzt in Warschau. Braunschweig 1870. 32 S.

Dies Schriftchen, dessen Verfasser warm für vegetabilische Nahrung plaidirt, indessen sich noch nicht auf dem Standpunkt des Vegetarianismus befindet, können wir besonders unsern carnivorischen Gegnern zur Notiznahme empfehlen. Die Schrift bringt im Allgemeinen Nichts, was nicht von unserer Seite schon gesagt worden wäre. Aber da sie eben nicht von uns ausgeht, wird sie uns interessant. Der Verfasser empfiehlt eine Diät, welche ausser Vegetabilien, Fleisch, Milch, Käse und Eier enthält, doch betont er mit Recht, dass das „in ihnen enthaltene Baumaterial für Knochen und Zähne um vieles geringer als in Cerealien und Hülsenfrüchten“ ist. Wenn er für eine künstliche Ernährung der Knochen mittelst Kalkphosphaten in die Schranken tritt, obgleich er auch das nur in bescheidener Weise thut, so müssen wir ihm entgegentreten, da sich weder qualitativ noch quantitativ das natürliche Verhältniss der sogenannten Nährsalze bei einer Medicin herstellen lässt, und überdies ganz dem Instinkte zuwider ist.

Auch lässt sich ja eine Dosis tonica dieser Salze, welche es jedenfalls giebt, durchaus nicht so sicher bestimmen. Er selbst wirft übrigens auch, gleich-

sam um das Verfehlen wieder gut zu machen, die Frage auf: „Wozu wollen wir die Kunst zu Hilfe nehmen, da uns die Natur die so sehnlichst erwünschten Stoffe in reichem Masse zukommen lässt.“

An S. R. Sie wünschen in diesem Blatt eine Antwort auf die Frage „In wiefern ist vom wissenschaftlichen wie vom practischen Standpunkte aus dargethan, dass der Genuss von rohem Obst den Zähnen unschädlich ist?“ Zur Erläuterung der Frage sagen Sie:

„Eine ältere Frau hiesiger Gegend, welche mit scharfem Verstande und gutem Gedächtniss begabt ist, behauptet, dass zwei Dinge den Zähnen vorzugsweise schädlich seien: Zu warme Speisen und rohes Obst. Ueber ersteren Punkt besteht kein Zweifel. Zur Erhärtung des zweiten führt sie die Thatsache auf, dass in hiesigen Gegenden, da so viele Obstbäume wachsen und rohes Obst gegessen wird, auch viele schlechte Zähne getroffen werden, während z. B. Tyroler und besonders Montafuner viel häufiger schöne Gebisse aufweisen und diese Leute selbst den Grund auch in dem gerügten Umstände suchen. Vor Zeiten kamen zahlreiche Schnitter-Corps aus den benachbarten österreichischen Gebieten über den Rhein in die Schweiz; auch die Weiber, welche um billigen Lohn das Spinnen in den Häusern unserer sonst beschäftigten Bevölkerung besorgten, fanden sich ein, die meisten mit schönen, gut erhaltenen Zähnen, begreiflich ohne dass Zahnbürstchen, Zahnpulver und Zahntincturen mitgeführt wurden.

Die Einwirkung von Säure muss eine der schlimmsten sein, welche es auf die Zähne geben kann. In wiefern wird beim Genuss von rohem Obst schädliche Säure erzeugt.“

Erlauben Sie mir hierzu Einiges zu bemerken.

1. Die obengenannte Schrift wird Ihnen über die Frage vieles Einschlägliche mittheilen, obgleich sie sich nicht

damit befasst „die schädlichen Einflüsse, welche auf die Zähne einwirken, aufzuzählen“, sondern vielmehr die Aufgabe sich stellt zu zeigen, wie wir „die Widerstandsfähigkeit der Zähne vergrößern oder auf die stufenweise Verbesserung dieser Organe hinwirken können“.

2. Unsere eigene erfahrungsmässige Ansicht ist Folgendes:

Schon Aristoteles lehrte, dass nur das Natursüsse gesund sei. Wir verstehen das so und finden in der Erfahrung bestätigt, dass alle freien Säuren nachtheilig nicht nur für die Zähne sondern überhaupt sind. Ob die organischen sauren Salze auch dahin zu zählen sind, wissen wir nicht. Wir wissen aber, dass die milden natursüssen Säuren unseres reifen Obstes gewiss nicht schädlich sind, wenigstens sicher nicht in dem Grade, als der Herr Fragesteller anzunehmen scheint. Wir haben dabei aber zwei Einschränkungen zu machen. a) Was heisst reif? Bei unsern Aepfeln und Birnen, die vom Referenten vorzugsweise genannt sind, verstehen wir darunter normal ausgewachsene Früchte veredelter Art, die erst gepflückt sind, nachdem ihre Kerne je nach ihrer Art dunkelbraun oder schwarz, d. h. völlig entwickelt oder „reif“ geworden. Das Fleisch derselben — je nach der Art auch durch Lager erst mürbe geworden — wird immer eine so milde Säure haben, dass wir es „natursüss“ nennen können. b) Es ist von uns immer betont worden, dass diese unsere Baumfrüchte nicht unsere Nahrung sind: diese wird vielmehr durch die Feldfrüchte gebildet, die Cerealien. Wir haben das so ausgedrückt, dass Brodstoffe die Kost, Obst die Zuskost bilde. In diesem Verhältnisse wird es gesund sein. Wir meinen das Alles so, dass der Gegensatz ist: das schlechte, unreife, unedle, zu früh gebrochene Obst — und die Gegend des Herrn Fragestellers ist, so viel ich weiss, zwar mit sehr viel, aber nicht mit gutem Obst

gesegnet! — und dann das Verzehren des Obstes in Masse, oder gar ohne Brodstoffe (man denke an die Pflaumen des Herrn Prof. Hyrtl), was selbstverständlich nicht bloss für die Zähne durch die vielen scharfen Säuren, sondern überhaupt höchst schädlich ist. Mit den Trauben ist's ebenso. Unreife Weintrauben stören bald selbst die beste Verdauung (und somit auch indirect die Zähne, cf. Scheller); reife, süsse Trauben mit Maass gegessen, oder vielmehr getrunken — sind Nectar.

3. Ueber die oben bezeichnete Frage, auf die wir keine Antwort hatten, werden Untersuchungen angestellt, auf die wir seiner Zeit zurückkommen werden.
(Die Redaction.)

Gruss aus dem Norden. Unser Lundahl („Taback ist Gift“) schreibt mit Bezug auf Dr. Loewenstein (siehe oben Seite 217): Man vergleiche doch was der berühmte Thiébault über diese Sache sagt (Gleizès Thalysie I., p. 400); auch ich bespreche sie in meinem Tabacksbuche S. 70. In meinem Leben bin ich nie so stark und kräftig gewesen, als seitdem ich Vegetarianer bin (nun 10 Jahre), so auch meine Kinder. Selbst die Arbeitsleute haben sich in diesem Sommer verwundert, wie ich und meine Kinder konnten von Morgen bis Abend ohne Ruhe nach dem Essen zu haben, im Garten, im Walde und auf dem Felde wie tüchtige Arbeitsleute arbeiten. Ich baue mir jetzt auf dem Lande eine Villa, gerade um solche Arbeit für mich und meine Kinder zu haben; und diese Villa errichten wir im wilden Wald am Ufer des Sees auf ganz unbebautem Felde. Gott sei Dank, dass ich zum Vegetarianismus gekommen bin!

Helsingfors, 27. Novbr. 1869.

B. Lundahl.

Pforzheim, 29. Nov. 1869. Einer oder der andere von den Vereinsmitgliedern hat es gewiss schon schwer

empfunden, dass ihm die auf unsere Lebensweise bezüglichen Werke über Anatomie, Physiologie u. s. w. meistens nur mit verhältnissmässig grossen Kosten zugänglich sind. Je mehr jedoch unsere Lebensweise selbst zur Tagesfrage wird, desto mehr wird es sich zeigen, dass zur Begründung und Vertheidigung derselben den Ärzten gegenüber gründliche Kenntnisse nöthig sind. Ist doch vergangener Winter von einem hiesigen Mediziner geradezu behauptet worden, dass die Forschungen in der vergleichenden Anatomie von Cuvier, Oken, Blumenbach u. s. w. schon längst veraltet seien; auch wurde mein vegetar. Freund Noller in einer Controverse über natürliche Lebensweise auf die neuesten, auf der Höhe ihrer Zeit stehenden Forscher als die allein massgebenden verwiesen. Ohne Zweifel sind dieselben Erfahrungen auch schon anderwärts gemacht worden*). Es wird deshalb mit die Aufgabe und nicht die kleinste unseres Vereins sein, nach und nach für eine brauchbare Bücherei zu sorgen, wo Jedem sich dafür Interessirenden mit geringen Kosten Gelegenheit geboten ist, sich mit dem wissenschaftlich Nöthigen bekannt zu machen.

C. Ringer.

Sutton bei Hull, Nov. 1869.

Als im Jahre 1858 die Cholera und die Blattern in Zanzibar (africanische Ostküste) wütheten, erkrankte noch starb von den sogenannten Banian's kein einziger an erwähnten Epidemien, während die Eingeborenen zu tausenden verscharrt wurden. Das Wort Banian ist abgeleitet aus dem Sanscrit von banij, der Kaufmann, und dieser ist als solcher in ganz Asien, China und sogar nach

*) O ja Zum Beispiel Virchow (!) wies uns auf Huxley, als neueste entscheidende Autorität hin. Huxley ist aber gerade Beweis für uns, wie ich in meinen „Briefen an Virchow“ S. 49 ff. gezeigt. E. B.

Zanzibar seit uralten Zeiten an Handelsplätze ausgewandert und bekannt; überall haben sie im Orient Ansiedlungen, und verrichten die Arbeit des Handels.

Die Banian's gehören zur Classe der Vaisya; wie alle besseren Classen der Ost-Indier, sind auch sie strenge Vegetarianer, und wenden sich mit Verachtung von allen Denen ab, die durch Genuss von Thierleichen ihren Leib bei Lebzeiten der Fäulnis übergeben. Denn was sind Gehirntuberculose, Lungentuberculose, Krebschäden, Eiterauswürfe, Eiterbeulen, etc. etc. anderes als eine Faulung am lebendigen Körper, welche nur durch den widersinnigen, ja abergläubischen Gebrauch, oder Glauben, Fleisch essen zu müssen hervor gebracht werden.

Die Banian's geniessen Milch und die Kuh ist ihnen ein heiliges Thier.

Hermann Milberg.

Zwieback.

Herr Bäckermeister Jansen in Schleswig, Sollberg 7. Quartier No. 208, bäckt einen vegetarianischen Zwieback zum Versandt. (Doch wohl auch Brod?) Der Zwieback ist rein von Geschmack und hält sich lange. Probe lag mir vor.

E. B.

Als Nachtrag zur Ankündigung des „Vegetarianischen Ausland“ ist noch hinzuzufügen, dass das Blatt durch die Post leider nur zu 7 1/2 Sgr. abgegeben werden kann und dass es in Commission bei W. Clar in Oppeln erscheint. — Oppeln, 24. Nov.

E. Weilhäuser.

Literarisches.

1. Erschienen ist: **Protokoll** der Verhandlungen des am 7—9. October (1869) in Leipzig stattgehabten Con-

gresses von Vertretern und Freunden der Grundsätze naturgemässer Lebens- und Heilweise. Im Auftrage des daselbst gegründeten Centralvereins von dessen Vorstände Dr. Boruttau, L. Zeller, Dr. Meinert, O. Richter und I. A. Seiffert. Leipzig, Priber. 67 Seiten. 10 Sgr.

2. Zu Neujahr erscheint „der Volksfreund“ von Dr. Boruttau als „Organ des Centralvereins für naturgemässe Lebens- und Heilweise.“ Vierteljährlich 5 Ngr. Wissenschaftliche Beilage halbjährlich 7 $\frac{1}{2}$ Sgr. Abonnement durch alle Postämter und Buchhandlungen.

3. Von Neujahr erscheint: „Das vegetarianische Ausland“ von E. Weilshäuser. [Preis durch die Post 7 $\frac{1}{2}$ Sgr.; direct 6 Sgr.]

4. **Th. Hahn's Naturarzt Nr. 19** bis 22 enthält: Physiatrik (Fortsetzung). Hufeland wider die Ritter vom Fleisch. Reichhaltige Mittheilungen, Kritiken und Anzeigen.

5. **Th. Hahn's Naturarzt** erscheint von Januar 1870 monatlich in 1—1 $\frac{1}{2}$ Bogen, kostet 1 Thlr. jährlich, und ist durch die Post und alle Buchhandlungen oder vom Herausgeber zu beziehen.

Deutscher Verein für naturgemässe Lebensweise.

Beigetreten sind: Herr Carl Figge sen. Altona, gr. Joh.-Str. 22. Dr. Friedrich Klopffleisch jun. in Jena.

Zur Vereinskasse gingen ein: Von Herrn R. B. in Grbg. 1 Thlr.; Herr Lieutnt. W. C. in Pr. 2 Thlr.; Herr C. F. in A. 1 Thlr.; Herr Ober-Post-Commissar B. in E. 1 Thlr.; Herr H. Kl. in W. bei N. 1 Thlr.; Fr. A. K. in N. 1 Thlr.; Herr J. A. in N. 1 Thlr.; Herr H. Br. in Kr. 1 Thlr.; Herr B. L. in H. 1 Thlr. Herr C. M. in Frb. 1 Thlr.

Briefkasten.

Hrn. Jul. Müller in D. herzlichen Dank. Vollkommen einverstanden!! Hr. B. in Hld. wird gelegentlich geschehen. Hr. K. in Cz. u. M. in Prag: Besten Dank: demnächst! Hr. Br. in D. Freut mich sehr! Wie viel göttlicher ist doch die Kunst Menschen zu erziehen, als Menschen zu tödten! Hr. Direct. N., Vevey. Briefe gekreuzt. Zu Diensten gern bereit. Hr. K. in S. Dank! Beiträge zur Vereinskasse wird von Schweizermitgliedern Herr Th. Hahn auf der Waid annehmen, der hiermit darum ersucht ist.

Selbstverlag des Herausgebers Eduard Baltzer in Nordhausen.
In Commission bei Ferd. Förstmann daselbst.

Druck von Th. Müller in Nordhausen.

Nächste Nummer erscheint Ende Januar.

Vereins-Blatt

für Freunde

der natürlichen Lebensweise

(Vegetarianer).

N $\frac{0}{2}$ 16.

Nordhausen, den 24. Januar

1870.

Sapere aude! Habe den Muth vernünftig zu sein!

Aus dem fernen Osten.

Es dürfte den Lesern dieser Blätter vielleicht nicht ohne Interesse sein, wenn ich ihnen einen Aufsatz aus dem Werke Dr. Scherzers über die Weltumsegelung der kaiserlichen Fregatte Novara in den Jahren 1857, 1858 und 1859, die Lebensweise und Sitten verschiedener wilder Volksstämme betreffend, mittheile, denn obgleich Dr. Scherzer ganz die Vorurtheile der medicinischen orthodoxen Schule zu theilen scheint und daher als kein ganz unbefangener Beobachter gelten kann, so bietet doch sein Bericht für den Vegetarianer günstige Anhaltspunkte genug. Allerdings zeigt sich auch bei diesen mehr oder weniger im Naturzustande lebenden Völkerstämmen jener, wie Virchow sagt, dämonische Hang der menschlichen Natur, nach allerlei Reizmitteln zu greifen und von der Einfachheit der Natur, sowohl in Bezug auf Nahrung, als auch rücksichtlich der Bekleidung abzuweichen. Ueberall finden wir daher das verderbliche Betelkauen, die Sucht nach berausenden Getränken, das Streben sich mit allerlei Aufputz zu verzieren oder vielmehr zu verunstalten. Bekanntlich suchen viele medicinische Diätetiker, die wohl wissen, dass man vielleicht Beifall erntet und zu Ansehen gelangt, wenn man der grossen Menge nach Geschmack

redet, diese Verirrungen der Natur, man kann es nicht anders nennen, auf ein Bedürfniss zurückzuführen, eine Behauptung, die bei nüchterner Untersuchung unmöglich zugegeben werden kann. Oder kann der Branntwein, der die Menschheit decimirt, der Betel, der den Mund der Insulaner auf scheussliche Art zerfrisst, ein Bedürfniss genannt werden? Gewiss ebensowenig als die Tätowirungen oder die Durchlöcherung der Nasen, Lippen, Ohren etc. eine Verschönerung heissen kann; so wie diese sein sollenden Verzierungen für den geläuterten Geschmack als Verunstaltung gelten müssen, so muss auch jene Begierde nach abnormen Reizen, so räthselhaft auch diese Erscheinung ist, dennoch als krankhaft bekämpft werden, denn beruhten sie wirklich auf einem natürlichen Bedürfnisse, so müssten die Folgen wohlthätig nicht aber so unbestreitbar verderblich sein. Im gewissen Grade findet sich auch bei den Thieren die Neigung der Natur untreu zu werden, so das Salzlecken, oder das Fleischessen von Grasfressern und Affen, die bekanntlich sogar Taback rauchen und Wein trinken lernen.

So giebt es auch Leute, die das Fleischessen als einen Fortschritt bezeichnen möchten, während es offenbar ein Rückschritt ist zu jenem Zustande, wo die Völker in rauhen Gegenden

des Anbaues noch unkundig, ihre Existenz durch die Jagd zu fristen genöthigt waren, und vom Thiermord zum Canibalismus ist nur ein Schritt.

Ich fange mit der Niederlassung der Mährischen Brüder Gnadenthal am Cap der guten Hoffnung an, von der Dr. Scherzer Seite 196, 1. Band, berichtet: „Die Hauptnahrung der Bewohner besteht in Mais, Bohnen, Kürbissen, Reis, Früchten, Thee, Kaffee oder zuweilen auch Schafffleisch. Wein ist in der ganzen Ansiedelung streng verboten.“ S. 198: Bevor wir das trauliche Gnadenthal verliessen, frühstückten wir noch mit den Missionären im Speisehaus. Sie sind alle verheirathet und führen ihre Wirthschaft gemeinschaftlich, daher sie auch die verschiedenen Mahlzeiten an einer Tafel mit ihren Familien einnehmen. Eine der Frauen bedient abwechselnd den Tisch. Nirgends ist eine Bevorzugung bemerkbar, und kaum ist ein herrlicheres Einvernehmen denkbar, als es zwischen den anspruchslosen Familien glaubenseifriger Missionäre zu Gnadenthal besteht.“ (Die Ansiedlung besteht aus 3100 Seelen, meist einer Kreuzung zwischen Hottentoten und Mozambique-Negern, von denen sich seit 1826 eine grosse Anzahl hier niedergelassen hat. Die Ansiedler sind theils Landwirthe, theils Industrielle. In allen Werkstätten herrscht musterhafte Reinlichkeit.)

Ferner berichtet er von den Einwohnern von Ceylon, Seite 269.

Die Singhalesen sind kleiner als die Europäer, in mittlerer Höhe 5 Fuss 5 Zoll. Ihr Körperbau, obwohl zierlich mit kleinen Knochen, ist dennoch stämmig und muskulös, mit starker Brust, breiten Schultern, starkmuskuligen Schenkeln aber fast unverhältnissmässig kleinen Händen und Füssen.

Die Frauen sind wohl gestaltet, dürften aber gleichwohl mit ihrem beölten Körper und dem Betelknäuel im Munde den europäischen Vorstellungen

von weiblicher Schönheit nur wenig entsprechen. Da die Mädchen meist schon mit 12 Jahren heirathen, verlieren sie rasch die Blüthe der Jugend und sehen oft schon mit 20 Jahren alt aus. Eine besonders hässliche Sitte der Eingeborenen ist das unter allen indischen Völkern so sehr verbreitete Betelkauen, dem sich selbst schon Kinder mit Vorliebe hingeben. Die Kauingredienzen bestehen aus den saftgrünen Blättern des Betelpfefferstrauchs (Piper Betle), den Nüssen der Arecapalme, etwas Muschelkalk und Tabak, welche sie in Dosen mit sich führen. Diese ätzenden Substanzen färben zugleich den Speichel so tiefroth, dass Lippen und Zähne wie mit Blut bedeckt aussehen.“ Auch die Priesterwürde schliesst die ekel-erregende Sitte des Betelkauens nicht aus. — Seite 293. „Die reichen, ausgedehnten Kokuswälder, welche sich am Meeresstrande der südlichen und westlichen Küste hinziehen, scheinen nebst der Absicht für eins der Hauptlebensbedürfnisse Sorge zu tragen, namentlich dem Umstande ihr Bestehen zu verdanken, dass die Förderung der Baumpflanzung, überhaupt des Plantagenwesens, eine der religiösen Satzungen und Pflichten der Buddhadiener ist. **Wer eine Kokospalme oder einen Fruchtbaum pflanzt, begehrt gewissermassen ein frommes Werk.** Bei Geburt eines Kindes oder einem sonstigen feierlichen Anlasse werden stets einige keimfähige Kokusnüsse in die Erde gelegt und so bilden die Kokuspalmen einen höchst wichtigen Theil des Besitzstandes einer Familie. Der Vater vertheilt sie als erbliches Vermögen unter seine Kinder. Nicht nur hat jede Palme ihren Eigenthümer, sondern es zehren zuweilen sogar **mehrere Familien an dem Ertragniss einer einzelnen Palme.**

Diese eigenthümliche Erscheinung war von höchst merkwürdigen Folgen auf die gesellschaftlichen Verhältnisse der einheimischen Bevölkerung.“

Bei Gelegenheit der Besteigung des Adamspik erzählt Dr. Scherzer: S. 305: „Bei einem einsamen Hause auf dem Wege liessen wir unsere Träger und Führer ihr bescheidenes Mahl einnehmen, welches den strengen Satzungen der Buddha-lehren zufolge nur aus vegetabilischer Kost bestand. Auf eine am Boden ausgebreitete Matte sich niederlassend, nahm Jeder ein Stück eines Bananenblattes, schüttete etwas von dem mitgeführten Reis mit Tschilli (rothem spanischen Pfeffer) darauf und brachte sodann diese einfache Speise mit der Hand in den Mund.“ Früher erwähnt er dagegen einer indischen Speise, „Curry“, bestehend aus einer mit gepulverten Gewürzen bereiteten Fleisch- oder Fischspeise, die er in einem englischen Gasthause zu sich nahm und von der er sagt, dass sie sehr scharfen Geschmacks aber das beliebteste Gericht im Lande sei, das bei keiner Mahlzeit fehlen darf. Jedenfalls meint er da die in Indien lebenden Engländer, da die Hindu's durch ihre religiösen Satzungen an Fleischnahrung gehindert sind, denn er sagt weiter in der Beschreibung von Madras Seite 323:

„Ein strenger Hindu braucht täglich 4 Stunden, um seine religiösen Ceremonien zu verrichten und zwar in verschiedenen Tageszeiten, indem er sich des Morgens, Mittags und Abends in einem Teiche vor dem Tempel baden und gewisse Gebete hersagen muss. Kein Hindu kann seine ausschliesslich aus Vegetabilien bestehende Nahrung von europäischer Küche geniessen, das wäre den Satzungen seiner Glaubenslehre zuwider. Jeder Diener verlässt regelmässig zu Mittag seinen Herrn, um entweder bei seiner Familie oder in einer der vielen Hindu-Garküchen sein höchst frugales Mahl aus Reis und Gemüse einzunehmen.“ — „Auf uns machte es einen überraschenden Eindruck, diese schönen, hohen, braunen Gestalten mit ihrem Wischnu- oder Siva-Zeichen auf der Stirn, in weissen

talarartigen Faltenkleidern beim Telegraphen, bei der Eisenbahn, im Arsenal, sogar an der Sternwarte beschäftigt zu sehen, welche die grösste Genauigkeit erheischen und das schönste Zeugnis geben für den Sinn und die Fähigkeit der Hindustämme für europäische Cultur.“

Seite 350 sagt er von der Nikollansinsel-Kar: „Die schönen, vielleicht von fremden Gestaden eingeführten Früchte sind auf dem Korallensande aufgezogen und ein Kranz üppiger Palmenkronen, belastet mit Tausenden von Nüssen, ladet den Menschen zum Aufenthalte ein. Ohne die Kokospalme wäre die Insel wahrscheinlich bis heute noch unbewohnt.“ —

„Inzwischen hatten sich eine Anzahl Eingeborener in Canoes der Fregatte genähert, welche Schweine, Hühner, Bananen, Yams und Eier in den ausgehöhlten Schalen der Kokosnuss, als Geschenke brachten, zugleich aber auch frugen, was man dafür geben wolle. Sie verlangten Zwieback, Branntwein, Medizin, Kleider, besonders aber schwarze Hüte, weil sie zuweilen die englischen Schiffscapitäne solche hatten tragen gesehen.“ — Seite 371: „In der That sind die Bewohner von Kar-Nikobar die vollkommensten Naturmenschen. In ihrem Verkehr mit uns zeigten sie sich als ein kindliches, unwissendes, aber biederes, zutrauliches Volk, ohne Ehrgeiz und Wissensdrang, aber auch ohne Scheelsucht und Neid. Wenn sie sich je gegen Europäer ein Verbrechen zu Schulden kommen liessen, so geschah es sicher mehr aus Nothwehr als aus Hang zum Bösen. Als wir einen Eingeborenen fragten, auf welche Weise auf der Insel Verbrechen bestraft würden, entgegnete er höchst naiv: Wir begehen deren nicht, wir sind Alle gut; aber in Eurem Lande muss es viele böse Menschen geben, wozu braucht Ihr sonst so viele Kanonen und Gewehre?“ — Seite 372: „Die Nicobarer geniessen in der Regel nur Vegetabilien, der Genuss des Fleisches ist

bei ihnen grösstentheils auf festliche Gelegenheiten beschränkt. Der Gebrauch des Salzes ist ihnen noch nicht bekannt. (!) — Seite 24: „Gegenwärtig ist die Kokospalme die einzige Pflanze, welche von den Eingeborenen gepflegt wird. Sie liefert ihnen Alles was sie zur Wohnung und Speise, zum Hausgeräth und zum Verkehr mit fremden Völkern bedürfen. Der 60 bis 100 Fuss hohe, 2 Fuss dicke Stamm ist zwar porös und schwächig aber doch fest genug, um Balken, Masten und Bretter für Hütten und Boote zu geben. Die Fasern der Rinde und der Nusschalen liefern Tauwerk und Stricke, die 3' breiten und 12—14' langen Wedel dienen zur Dachbedeckung und verschiedenem Flechtwerk. Der Saft der kopfgrossen, eiförmigen, unreifen Nuss lässt den Mangel an geniessbarem Trinkwasser nicht im Geringsten empfinden und ist der einzige Trunk, der den Wanderer in dieser Waldwüste erfrischt. Der kühle, belebende Saft, den man der unentfalteten Palmenblüthe mittelst Einschnitte in die Scheide abzapft, ist das einzige Getränk, welches die Eingeborenen zu bereiten verstehen. In Gährung gebracht, scheint dasselbe von ähnlicher berauscher Wirkung, wie die Chicha der Indianer Amerika's. Auch hier machten wir, wie schon früher, bei anderen halbwilden Völkern die Bemerkung, dass der Hauptnahrungsstoff des Eingeborenen gleichzeitig zur Bereitung ihres Luxusgetränkes Verwendung findet; und wie dem Indier der Reis, dem Afrikaner die Jucca, und Yamswurzel, dem Südsee-Insulaner die Kawa, dem Mexikaner der Mais und die Agave, so dient dem Nikobarer die Kokosnuss ebenso zur Befriedigung seines ersten Bedürfnisses, wie bei Festen zur künstlichen Erregung seiner Sinne.“

Bei uns ist das Getreide ebenso verwendet, das Bier aber, die Spirituosen, leider zum täglichen Getränk erhoben.

Seite 387 erwähnt er abermals, wie

furchtbar der Mund des Nikobaren durch das unaufhörliche Betelkauen entsteht sei.

Seite 420: „An Wichtigkeit mit Bezug auf den Unterhalt der Bewohner steht der Kokospalme zunächst der Pandanus, dessen Frucht den Reis und das indische Korn ersetzen muss, welche beide auf den Inseln nicht vorkommen, obgleich der Boden sich vortrefflich dazu eignen würde. Der Brotfruchtbaum, welcher einen so reichen Nahrungsstoff liefert, dass, wie Cook erzählt, drei Bäume hinreichen, einen Menschen 8 Monate zu ernähren, kommt in einzelnen Exemplaren vor, doch wir sahen seine Früchte von den Eingeborenen niemals genossen werden. — Von Knollengewächsen fanden wir blos die Yamswurzel in grösserem Maasse, scheint aber von den Eingeborenen mehr zum Tausche für die Schiffe als zum eigenen Gebrauche gebaut zu werden.“

Noch sind es zwei Gewächse, die Arecapalme und der Betelpfefferstrauch, die als eine Hauptbedingung der Existenz der Eingeborenen betrachtet werden müssen. Die Nuss der Arecapalme und das grüne Blatt des Betelstrauchs bilden mit Korallenkalk den Hauptbestandtheil des Betels, welcher für die Völker Ostindiens und der angrenzenden Inseln von einem Luxusartikel zum Gegenstande des ersten Bedürfnisses geworden ist.“

Seite 431: „Die Eingeborenen der Nikobarer, deren Gesamtzahl auf 5—6000 geschätzt wird, sind gross und wohlgebaut etc. Die Ohren sind so breit durchbohrt, dass sie ein zolldickes Bambusröhrchen als Verzierung darin tragen können. — Von dem Fluche syphilitischer Krankheiten scheinen die Eingeborenen bisher noch verschont geblieben zu sein. Auch über das muthmassliche zeitweilige Auftreten von Seuchen vermochten wir keine Gewissheit zu erlangen; indess haben sie ein Wort für Pocken. — Obwohl bei dem dortigen Klima das Bedürfniss einer Kleidung völlig wegfällt, so tragen die Eingeborenen

doch ein ausserordentliches Verlangen nach europäischer Kleidung etc. — Ihr Hauptnahrungsmittel ist die Kokosnuss und Pandanusfrucht.“ — Seite 436: „Was uns bei allen Nikobaren besonders auffiel, war die furchtbare Entartung ihrer Zähne, während bei anderen betelkauenden Völkern diese gleich dem Zahnfleisch bloss roth gefärbt sind. Die Ursache dieser so zerstörenden Wirkung des Betels dürfte hier wahrscheinlich in einem anderen Mischungsverhältniss und grösserer Quantität von Kalk liegen.“ — Den orthodox-medizinischen Standpunkt documentirt Dr. Scherzer, wie an vielen Stellen, so insbesondere Seite 437, indem er sagt: „Von der heilwirkenden Kraft gewisser Urwaldpflanzen haben die Eingeborenen nur sehr wenig Kenntniss. Was sie an Medicinen besitzen, haben sie grösstentheils durch englische Schiffscapitäne erhalten. Obschon sie darauf ein ungeheures Gewicht legen, schaden sie ihnen doch mehr, als sie ihnen nützen, weil sie dieselben nicht zu gebrauchen verstehen etc. Die unter den Eingeborenen am meisten vorkommenden Krankheiten sind Wechselieber, Tuberkulose und Rheumatismus. An einigen Individuen wurden auch arabische Elephantiasis und Hautausschläge bemerkt. Die häufigen Erkrankungen müssen jedoch weniger der Schädlichkeit des Klimas als der ungesunden Lebensweise zugeschrieben werden. Kann es Wunder nehmen, wenn nackte Menschen, welche an der feuchten Küste, hart am Urwalde, wohnen und ihren Körper bald heftigem Regen, bald der glühendstrahlenden Tropensonne aussetzen und deren Nahrung hauptsächlich in Kokosnüssen und Pandanusfrüchten besteht, häufig von Krankheiten befallen werden? Es ist irrig zu glauben, die Nahrung der Tropenbewohner sei an meisten naturgemäss und daher am zuträglichsten. Denn trotz aller Theorie, welche für Tropengegenden hauptsächlich Respirationsstoffe und wenig stickstoffhaltige Nahrungsmittel als nothwen-

dig empfiehlt, sehen wir die Europäer und namentlich die Engländer in den heissesten Ländern der Erde, wo das Thermometer selten unter 30° C. sinkt, gerade wie in ihrer nordischen Heimath, Kraftbrühen, Riesenbeefsteaks und Hammelkeulen in grosser Menge geniessen, während sie, mit haarsträubender Verachtung der Kohlenhydrate, von den aufgetischten Marmeladen und Kuchen kaum naschen.“ (Das würde abermals die Unsicherheit unserer chemischen und wissenschaftlichen Theorien beweisen); gleichwohl sehen sie dabei gesund und blühend aus und befinden sich sogar viel wohler als die Eingeborenen. Ja es ist eine interessante, durch jahrelange Beobachtungen erörterte Wahrnehmung, dass z. B. in der Präsidentschaft Madras die in ihren Sitten und Gebräuchen streng beharrenden Hindus und Mohamedaner ungleich häufiger fieberkrank werden, als die daselbst in völlig ungewohnten klimatischen Verhältnissen lebenden Europäer. Dagegen zeigt in sanitätlicher Beziehung jener Theil der mohamedanischen Bevölkerung ein günstiges Resultat, welcher mit den Europäern in Verbindung getreten und die Einrichtungen der Civilisation (?) zu den seinigen macht.“ — So Dr. Scherzer und ich habe diese Stelle absichtlich hier aufgenommen, um nicht den Vorwurf auf mich zu laden, nur das unserer Sache Günstige citirt zu haben. Was nun die Beobachtungen der Mediziner und unserer Ritter vom Fleisch werth sind, wissen wir aus Erfahrung, hören wir doch alle Tage ähnliche, der Wahrheit entgegengesetzte Behauptungen. Uebrigens ist nicht zu übersehen, dass die Sitte des fortwährenden Betelkauens, eines offenbar giftigen Stoffes, nothwendig Krankheiten zur Folge haben muss und dadurch die Vortheile einer naturgemässen Lebensweise zum grossen Theile wieder aufgewogen werden. Andernfalls beweist es freilich auch, dass die Lust an Reizmitteln nicht bloss mit Fleischnahrung verbunden ist.

Dagegen sagt er Seite 460 von den chinesischen Arbeitern in Singapore, dass ihre Arbeitszeit zur englischen sich wie 100 zu 52 verhalte, fährt aber fort: „Diese Angaben sind keineswegs stichhaltig, um den Beweis zu liefern, dass der Chinese weniger physische Stärke besitze als der europäische Arbeiter, denn man darf nicht ausser Acht lassen, dass der eine diese Arbeit in einem mässigen, der andere in einem ungemein heissen Klima verrichtet, wo der europäische Arbeiter bald zu Grunde gehen oder jedenfalls bedeutend an Kraft und Stärke einbüßen würde. Ja es scheint sich sogar für den chinesischen Arbeiter ein Vortheil über den europäischen herauszustellen, dass ersterer ohne Nachtheil für seine Gesundheit in den verschiedensten Klimaten angestrengt zu arbeiten vermag.“ — Ich bemerke hierzu, dass Dr. Scherzer, der auch Mitglied der neuesten ostasiatischen Expedition ist, unlängst an den Wiener Gemeinderath einen Bericht über die Nahrungsweise der chinesischen Arbeiter absandte, die ausschliesslich vegetabilisch, meist aus Hülsenfrüchten, Mais und Reis besteht, und solche zur Nachahmung empfiehlt!!

Von der Sagopalme berichtet er S. 464, dass ihr Ertrag so reich sei, dass 3 Sagopalmen so viel Nahrungstoff liefern, wie ein mit Weizen bebauter Acre Landes, jedoch wird sie als Nahrungspflanze dem Reis nachgestellt.

Seite 468 spricht er von den Opiumrauchern und schätzt nach Dr. Allen die Zahl der Opiumraucher im chinesischen Reiche auf 4—5 Millionen. „Die Quantität des von jedem einzelnen Raucher täglich verbrauchten Opiums ist sehr verschieden. Im Anfang vermag ein Raucher nicht mehr als 3—4 Gran auf einmal einzuathmen, aber allmählig bringen es einige bis zu 100 Gran. Viele geben $\frac{2}{3}$ ihres Erwerbs auf den Ankauf dieses ihnen unentbehrlich ge-

wordenen Artikels aus.“ — Aehnlich wie bei uns alle Tabackraucher.

Seite 490: „Was die moralischen Eigenschaften der Javaner anlangt, so sind sie ein äusserst sanftes, fröhliches, friedliches, nüchternes, einfaches und betriebsames Volk. Die Hauptbeschäftigung der über 10 Millionen zählenden Bevölkerung Javas und Maduras ist Ackerbau und zwar steht die Landwirtschaft bei ihnen auf höherer Stufe als bei allen asiatischen Völkern mit Ausnahme der Chinesen.“ — Die Hauptkultur ist der Reis.

(Schluss folgt.)

Mexico, 8. December 1869.

An die verehrten Mitglieder unseres Vereins.

Was lange währt, wird gut, pflegt man zu sagen; doch es muss nur nicht gar zu lange dauern, sonst kann man zuweilen Geduld und Hoffnung verlieren. Das Schlimmste aber dabei ist, dass gewöhnlich viel kostbare Zeit verloren geht, die dem strebsamen Manne von unschätzbarem und unersetzlichem Werthe ist.

Im April d. J. schickte ich ein musikalisches Manuscript „Festmarsch und Waldscene“ nebst genauer Anweisung zur Ausführung desselben an den Musikverleger Herrn H. Litolf in Braunschweig, um das Werkchen drucken zu lassen, mit dem Auftrage, so bald als möglich eine Anzahl Exemplare nach Nordhausen an Herrn Ed. Baltzer für sämtliche Vereins-Mitglieder, sowie für mich, durch die Herren Nagel & Sagert in Hamburg, nach Mexico zu senden.

Es vergingen vier Monate, und ich bekam keine Nachricht, was mich vermuthen liess, dass meine Sendung nach Braunschweig wahrscheinlich verloren gegangen sei, und der Wunsch, meinen verehrten Lebensgenossen eine kleine Festgabe, als Erinnerung an die erste Versammlung, zu überreichen, schien

Jena, 6. December 1869.

Hochverehrter Herr! Zuerst meine herzliche Bitte um Verzeihung, dass ich Sie so lange auf Antwort und Nachricht von mir warten liess; gewiss ist zwar viel selbstverschuldete Versäumniss dabei im Spiele, doch bitte ich Sie zugleich zwei Momente zu meinen Gunsten in Anrechnung zu bringen: viele Ausgrabungen, die ich in diesem Sommer bis zum späten Herbst an den verschiedensten Orten Thüringens unternommen und geleitet habe, an welche sich natürlich weitere literarische Arbeiten anschlossen, in denen ich noch mitten inne stecke, und dann die vegetarische Probe, die ich erst gründlich mit mir vornehmen wollte, ehe ich mich endgiltig entschiede, ob ich Vegetarianer bleiben wollte oder nicht. Jetzt, nachdem schon ein vegetarisches Halbjahr hinter mir liegt, kann ich Ihnen denn den Bescheid zukommen lassen, dass ich aus vollster Ueberzeugung und nach streng durchgeführter Probe Vegetarianer bin und wie ich hoffe Zeit meines Lebens bleiben werde. Ich bin zwar eigentlich nie schwächlich und kränklich gewesen, sondern eher vollblütig und vollsaftig, stark zur Korpulenz neigend — aber eben dieses „Zuviel“ ward mir oft lästig und schon früher (vor 3 Jahren) hatte ich mehrfach die „Bantingkur“ gebraucht, um mich etwas vom Fett zu bringen, was zwar gut gelang — ich verlor ziemlich rasch 25 \mathcal{R} —, aber der Apfelwein, den ich seiner zehrenden Eigenschaften wegen fleissig trank, hatte mir doch zuletzt den Magen etwas geschwächt, so dass ich zum ersten male in meinem Leben mit Sodabrennen, Magendrücken u. dergl. zu thun bekam. Ich unterliess daher die Bantingkur nothgedrungen und genoss wieder Bier, Butter etc. wie vorher. Die Folge war aber, dass ich sehr bald wieder stark wurde, und dass sich Blutandrang nach dem Kopf, Herz-

unerfüllt bleiben zu wollen. Nach meiner Berechnung sollten die Exemplare im Juli oder spätestens August in den Händen der Vereins-Mitglieder sein.

Endlich, im October, erfahre ich durch die hiesige Musikhandlung, Nagel & Co., dass Herr Litolf das Manuscript zum Druck nach Leipzig an die lithographische Anstalt von H. Garbrecht geschickt und dass die gedruckten Exemplare in Hamburg zur Versendung bereit lägen.

Anfang December bekam ich eine Anzahl davon, und Herr Nagel zeigte mir an, dass, um die für Nordhausen bestimmten Exemplare absenden zu können, er erst meine Ordre abwarten wolle, welche ich heute gegeben habe.

Die Sache hat sich also ohne meine Schuld so lange verzögert, und, statt als Sommervogel meine Visite bei den Vereins-Mitgliedern zu machen, stelle ich mich zur Winterzeit bei denselben ein.

Es war mir von grossem Interesse, zu wissen, ob man das Stück nach meiner gegebenen Anweisung ausgeführt habe. Was die äussere Ausstattung betrifft, so ist das Werkchen zu meiner Zufriedenheit ausgefallen: es ist sauber und correct.

Ich hoffe, dass die Theilnehmer an unserer grossen Lebensaufgabe das kleine Festgeschenk in dem Sinne aufnehmen werden, wie mein Herz es wünscht, nämlich als eine Erinnerung an den ersten Vereinstag zu Nordhausen; und in diesem Gedanken mich unendlich glücklich und befriedigt fühlend, sende ich Allen noch aus weiter Ferne meinen herzlichen Gruss mit dem lebhaften Wunsche, dass der Verein in dem nächsten Jahre bedeutend wachsen und dass zur nächsten, zweiten grossen General-Versammlung die Mitglieder sich recht zahlreich einfinden mögen! —

L. Hahn.

klopfen, einzelne schlaflose Nächte u. s. w. öfters einstellten, auch war ich leicht reizbar und jede Gemüthsbewegung hatte starken Andrang des Blutes nach Kopf und Herzen im Gefolge und ausserdem war meine Verdauung sehr unregelmässig, kaltes Gefühl im Unterleib, Rheumatismus u. dergl., leichte aber nichts desto weniger unangenehme Quälgeister stellten sich immer häufiger ein, so dass ich körperliche Mahner genug verspürte, die mir zuriefen: sei auf der Hut! Da las ich in den Zeitungen von Ihrem vegetarianischen Vereinstag in Nordhausen, und dies machte mich gespannt, ein Näheres über die vegetarianische Lebensweise kennen zu lernen. Das Weitere wissen Sie. Ich las die mir übersendeten Vegetariana mit Fleiss — und that darnach. Der Erfolg war vorzüglich: Einige Blähungen in der Zeit des Ueberganges (in den ersten 3 Wochen) abgerechnet, war mein Befinden ausgezeichnet, die Blutwallungen nahmen schon nach Verlauf von 5—6 Tagen Abschied, meine Verdauung wurde normal, meine Corpulenz hat sich beträchtlich und stetig vermindert*), meine Musculatur dafür gestärkt, meine Neigung zum Schwitzen ist ausserordentlich vermindert und in Folge dessen haben die Rheumatismen Abschied genommen. Im Sommer war ich gegen Hitze und jetzt im Winter bin ich gegen Kälte bei weitem weniger empfindlich wie früher. Mein sonst so leicht erregbares, zu heissblütiges Temperament ist ruhiger geworden und ärgerliche Stimmungen sind, wenn sie als vereinzelt Ausnahmen auftauchen, nur noch schnell vorübergehender Natur — worüber natürlich mein liebes Weib sehr froh ist. Ich kann wohl sagen, dass ich mich in körperlicher und gemüthlicher Beziehung in dem Zustande des Behagens fühle und auch geistig entschieden frischer und ausdauernder bin als vorher.

*) mein Körperrumfang hat um 14 Centimeter abgenommen.

Mein Nachtschlaf ist musterhaft und meine frühere Schläfrigkeit nach Tisch spurlos verschwunden. Ich kann nicht dankbar genug sein, dass ich durch Sie, hochverehrter Herr, auf diese vegetarianische Lebensweise geleitet worden bin, denn abgesehen von den erwähnten leiblichen Lichtseiten, ist mir ganz besonders die äussere Freiheit viel werth, die man als Vegetarianer erlangt: ich meine die grössere Unabhängigkeit von materiellen Bedürfnissen, die mir bei meinen Ausgrabungen schon sehr zu Statten gekommen ist; man fühlt etwas von jenem klassischen: „Omnia mea mecum porto“, wenn man mit Weizenschrotbrod*) und Obst in der Tasche seine Reise antritt in dem Bewusstsein, allen Wechselfällen des Hungers und Durstes Trotz bieten zu können, ohne von der Gnade des Gambinus und seiner Priester abhängig zu sein. Am höchsten aber steht mir das Bewusstsein: keine **Nahrungsfrage** wird dich je bestimmen können, einen Schritt breit aus der Bahn Deiner Ueberzeugung zu weichen!

So melde ich mich denn bei Ihnen als Mitglied des vegetarianischen Vereins an. —

Bald hätte ich vergessen, Ihnen mitzutheilen, dass auch meine drei Töchter im Alter von 3—6³/₄ Jahren wie ich vegetarianisch leben und sich sehr wohl dabei befinden, ja meine jüngste Tochter, die vordem vollaftig und bleich war, hat erst bei der vegetarianischen Lebensweise gesunde rosige Farbe und festes Muskelfleisch bekommen. Ein Neffe von mir, Gymnasiast, Hr. Wegele aus Würzburg, der längere Zeit in Jena lebte, um sich von körperlichen Leiden zu kräftigen — er litt an permanentem Kopfweh und Wasser im Knie — lebt ebenfalls streng vegetarianisch mit dem besten Erfolge für

*) das ich zu Hause in trefflicher Qualität backen lasse.

sein Befinden und freut sich, in Würzburg noch einen anderen Vegetarianer — einen Advokaten — aufgefunden zu haben.

Meine liebe Frau, die leider voriges ganze Jahr sehr an einem Magengeschwür litt und in Folge dessen sehr ängstlich mit ihrem Magen ist und sein muss, lebt zwar noch nicht streng vegetarianisch, indem sie noch dann und wann Tauben, Hähnchen und Fleischbrühsuppen geniesst — da ihr dies der Arzt als nothwendig darstellte — aber das hat sich doch schon als sicher herausgestellt: dass, seitdem sie das Graham-Brod mit isst und zwar reichlich, ihr Gesamtbefinden sich entschieden besser gestaltet hat und namentlich ihr so empfindlicher Magen wieder gekräftigt und ihre vorher gänzlich gestörte Verdauung wieder normal ist.

Ihr ergebener

Dr. Fr. Klopfleisch.

(Privat-Dozent der Archaeologie an der Universität.)

~~~~~  
**Bern, 7. Januar 1870.**

Geehrter Herr! Die 13. Nummer des Vereins-Blattes, welche mir durch Zufall erst in neuester Zeit zukam, enthält einen Brief des Herrn A. Krühl in Parchwitz, dem ich nicht nur ganz beistimme, sondern noch Einiges beifügen möchte.

Ich gehöre zu den Wenigen, welche, über einige Vorurtheile mich hinwegsetzend, die Vorschläge über Abhärtung in Rikli's Thermodiätetik (s. Ver.-Bl. No. 11 Seite 170) theilweise practisch und mit günstigstem Erfolge probirt haben. Dies geschah auf dem Lande und wie mich die erwachende Natur wieder auf das Land treibt, gedenke ich dieselben fortzusetzen oder vielmehr die Versuche möglichst häufig, wenn Ort und Umstände es erlauben, zur Regel zu machen. Wer es nicht versucht hat, weiss es gar nicht, wie leicht und angenehm sich gehen lässt, wenn man sich auf Wegen über Wiesen und durch Wälder der Schuhe entledigt, die lästige,

den Hals immer mehr oder weniger beengende Halsbinde ablegt und auch den Hut (ausgenommen in der heissen Sonne) entfernt. — Bei einem Erwachsenen, der auch sonst nicht wie ein „Lump“ aussieht, wird es anfänglich auffallen und Vorübergehende werden ihm erstaunt nachsehen, allein ich weiss aus eigener Erfahrung, dass sich die Neugierde von selbst giebt, wenn die Leute sehen, dass man barfuss gehen kann ohne deshalb weder ein Narr zu sein, noch zu der oben erwähnten Sorte von Menschen zu gehören.

Bei Kindern fallen diese Rücksichten meistens weg und wir können es nicht genug empfehlen, dieselben, wo immer thunlich, möglichst viel im Freien barfuss gehen zu lassen. Sie werden es bald sehr gerne thun. Ich kenne einen Dr. O., der an einem unserer Seen eine schöne Villa besitzt, und seine Kinder, die er nach tüchtigen physiatischen Grundsätzen erzieht, oft barfuss in die benachbarte Hauptstadt gehen lässt. In den Cantonen Appenzell, St. Gallen, Thurgau, ist es an vielen Orten Sitte, dass alle Kinder bis 14 oder 15 Jahren, auch der wohlhabensten Familien, bei nicht zu kalter Witterung barfuss gehen und es ist eine Freude, zu sehen, wie frisch und gesund sie alle aussehen.

Wer an kalten Füßen leidet, probire es vorerst im Zimmer, nach dem täglichen Fussbade. Achtungsvoll ergebenst  
v. T.

~~~~~  
Schleichende Vergiftung.

Sehr oft begegnet man der irrigen Meinung, Vegetarianismus sei nur im Essen und Trinken zu suchen, während er doch das gesammte naturgemässe Körper- und Geistesleben ist. Ebenso oft trafen wir den anderen Irrthum an, dass Gifte ihre giftigen Wirkungen nur dann äusserten, wenn sie in gewissen grösseren Gaben genossen würden, in kleinern Dosen seien sie unschädlich.

Wer sich theoretisch und practisch

will überzeugen lassen, dass unsere wiederholte Mahnung begründet ist, dem empfehlen wir ein kleines höchst interessantes Schriftchen: „Der Kohlendunst in seiner giftigen Wirkung auf den menschlichen Körper. Linnich, 1868. 92 S.“ Hier wird er an Thatsachen lernen und wissenschaftlich erklärt finden, dass die Kohlenoxydvergiftung nicht etwa nur in ausserordentlichen Fällen tödtlich wirkt, sondern dass und wieso sie als eine schleichende Vergiftung, die wir oft gar nicht ahnen, Krankheiten der mannigfachsten Art erzeugt. Man kann eine Wette machen und gewinnen, dass noch in jeder Haushaltung gegen die naturgemässe Lebensweise allein schon bezüglich der Verbrennungsprocesse bei Lampen, Oefen, Gewerkefeuer etc. man nichfach gefehlt, auf Kosten der Gesundheit gesündigt wird und jedenfalls kann sich jeder leicht durch das Experiment überzeugen, dass diese erst in neuester Zeit entdeckten und verstandenen Gefahren von der verderblichsten Wirkung sind. Es hängt das mit dem schädlichen Einfluss zusammen, den der Industrialismus durch seine ungeheure Kohlenverbrennung, Gaserzeugungen etc. auf den öffentlichen Gesundheitszustand, die Vegetation u. s. w. übt, obwohl obige Schrift dies Kapitel nicht behandelt, sondern sich auf die häuslichen Gefahren, ihre Ursachen, ihre Merkmale und Beseitigungen beschränkt. E. B.

Eine Stimme aus dem Volke.

Nienfelde, 1. Januar 1870. Gehrter Herr! Sie werden es mir erlauben, wenn ich Sie mit ein paar Zeilen belästige. Da ich stets ihre Schriften verehrte, so war es natürlich, dass auch Ihr Werkchen, „die natürliche Lebensweise“ bei mir Eingang fand; aber es wollte mir nicht einleuchten; ich protestirte dagegen, obgleich ich mit allerhand kleinen Gebrechlichkeiten belästigt war. Da aber mein Gesundheitszustand immer mehr abnahm, so

dass ich schon fürchten musste, mein Geschäft aufgeben zu müssen, so war mein grösster Wunsch, dass es doch wieder besser mit mir werden möchte. Ich war eben 38 Jahre alt und da ich nun in dieser Zeit meines Lebens auch vielerlei Laster annahm, so ist dies wohl Ursache meiner ganz zerrütteten Gesundheit gewesen. Am 15. September 1868 wurde ich des Nachts recht krank. Da ich nun auch schon Ihr Vereinsblatt gelesen hatte und völlig in Kenntniss Ihrer guten Lehre für meinen krankhaften Zustand war, so beschloss ich nun der natürlichen Lebensweise zu folgen, oder sie wenigstens zu versuchen. Ich ass von nun an kein Fleisch wieder, natürlich mussten auch Tabak, Branntwein, Bier und Caffee Abschied nehmen, worüber ich untenstehendes Gedicht gemacht habe.

Von dieser Zeit an hat mein Gesundheitszustand bedeutend zugenommen und ich bin der Hoffnung, völlige Gesundheit mit der Zeit zu erlangen. Ich esse jetzt grösstentheils grobes Roggenbrod und Obst, wenn ich es haben kann auch Weizenschrotbrod; Gemüse sehr wenig. Mein grössester Wunsch ist jetzt, dass auch meine Frau und 5 Kinder mir folgen möchten in der Lebensweise, aber es will meiner Frau gar nicht recht einleuchten, dass man bei so scheinbar ärmlicher Kost auch kräftig sein kann, obgleich sie das beste Beispiel an mir hat. Ich muss also abwarten und denken: kommt Zeit kommt Rath; für die Zukunft habe ich nicht mehr allzugrosse Sorgen wie sonst.

Sorg' und Gram, sie sind verschwunden, In die Zukunft schaut mein Blick Freudig, denn ich hab' gefunden Trost und Heil zum ew'gen Glück.

Was das Schlimmste für mich jetzt noch ist, das ist, dass ich dann und wann ein Schaaf für die Wirthschaft schlachten muss, zwar mit grösstem Widerwillen, aber ich muss es, wenn ich mein Geschäft nicht aufgeben will; dieses scheint mir aber bei meiner

etwas ärmlichen Lage und zahlreichen Familie noch nicht geeignet.

Wollen Sie nun, geehrter Herr, Vorstehendes gefälligst prüfen? und können Sie mich danach als Mitglied Ihres vegetarianischen Vereins aufnehmen, so würde mich dieses recht freuen.

Einen Thaler werde Ihnen nächstens als Jahresbeitrag übersenden, wenn ich auch nicht Mitglied werde. Hier mein Gedicht:

Fünf Teufel.

Fünf Teufel, die mich einstens plagten
Und die mir alles Glück verjagten,
Die mich viel quälten Tag und Nacht,
Die haben mir „Leb' wohl“ gesagt.
Ich hab' sie allesamt vertrieben,
Nicht einer ist in mir geblieben.

Herr Carnivorus war der erste;
Er plagte mich wohl auch das Mehrste,
Denn seit ich ihm die Thür verschloss,
Bin ich viel meiner Uebel los.
O Mensch! Du hast so viel Beschwerden,
Du könntest dies' auch leicht los werden.

Tabakus nannte sich der Zweite,
Er gab dem Ersten das Geleite.
Er meint', er gebe viel Genuss, —
Ich glaub', es war nur mein Verdruss.
Er hat gesucht in vielen Stücken
Nach seiner Art mich zu berücken.

Der Dritte war denn wohl der Meister
Im Chore dieser bösen Geister;
Herr Spiritus, o der Tyrann!
Auch er, er trat die Wanderung an.
Er ist bei vielen eingekehret
Und hat gar manchen schon verzehret.

Kaffeeius aus fernem Lande, —
Vom jenseit'gen Meeresstrande,
Er musste wandern ohne Gnad',
Obgleich er mich um Schonung bat.
Er kehret gerne ein bei Frauen,
Man schenkt ihm gern zu viel Vertrauen.

Und endlich Bierius, der Fünfte,
Der Stifter böser Säufer-Zünfte,
Ein Arger aus der Teufelschaar!
Er verführt' mich oftmals gar,
Er suchte fein mich zu beschleichen,
Doch fort mit ihm! Er musste weichen.

Drum Menschen, wollt Ihr glücklich leben,
So müsst Ihr Euch danach bestreben
Erlöst zu werden von der Brut.
Gesundheit ist das grösste Gut!

Wohlauf, vertauschet Eure Leiden
Mit hunderttausend sel'gen Freuden!

Johann Lamprecht,
Schäfer zu Nienfelde b. Seehausen
in der Altmark.

Beständige Gefahren in den Fleischläden.

(Aus Meyer's Ergänzungs-Blättern
Band V. I)

Nachdem zuerst Villemin experimentell nachgewiesen, dass man Schwindsucht impfen könne, suchte Chauveau (in Lyon) dieselbe von den Verdauungswegen aus zu übertragen. Er gab von 4 jungen Kühen, welche vollkommen gesund und ohne Verdacht auf Lungentuberkulose erschienen, dreien eine bestimmte Menge im Zerfall begriffener Tuberkeln zu fressen, welche er den Lungen einer alten an Schwindsucht gestorbenen Kuh entnahm. Nach 3 Wochen verfielen alle drei Thiere in Schwäche. Als man sie 52 Tage nach Anstellung des Versuches tödtete, fand man allgemeine Tuberkulose, vorwiegend im Gekröse und Darm. Die vierte Kuh blieb vollkommen gesund, obgleich sie im Uebrigen unter den gleichen Bedingungen lebte, wie die andern drei.

Hiernach rechnet Chauveau die Lungentuberkulose zu den ansteckenden Krankheiten, wie Rotz, Pocken etc. und macht darauf aufmerksam, dass, wenn die Lungenschwindsucht des Rindviehes zur nämlichen Krankheit gehört, wie die Tuberkulose bei Menschen, für die öffentliche Gesundheit in dem Genusse des Fleisches der Fleischläden und Schlächter, welches etwa von schwindsüchtigen Thieren her stammt, eine beständige Gefahr liegt. M.

Aus Oesterreich.

In jüngster Zeit liefert uns Vegetarianern der neueste Aufstand in Dalmatien abermals einen deutlichen Beweis, wie eine einfache und naturgemässe Kost den menschlichen Körper sehr befähigt, die mannigfachsten Strapazen zu erdulden, wie sie eben ein solcher Kampf mit sich bringt. Die Dalmatier, namentlich die Bergbewohner am Meerbusen von Cattaro, kämpfen für ihre Freiheit, ihre alten Privilegien und Rechte, sind schon von Natur aus angewiesen auf Genügsamkeit, denn auf ihren kahlen Felsen lässt sich eine geordnete Feldwirtschaft nicht denken, und dennoch widerstehen sie der gegen sie ausgeschickten Militärmacht, ja sie erkämpfen Siege, erbeuten Vorräthe und machen Gefangene. Und das bloss einige paar tausend Mann gegen eine zehnfache Uebermacht regulärer Truppen mit allen Heererfordernissen versehen! Zwar trägt die günstige Position des Feindes und seine Kenntniss des Landes viel dazu bei, die erlittenen Niederlagen etwas zu beschönigen, jedoch ohne eine mehr naturgemässen Lebensweise und dem damit verbundenen regen Geiste und Freiheitsdrange, würden die Aufständischen wenig ausgerichtet haben.

Aber ihre Mahlzeit ist nur ein Stück schwarzen Brotes und magerer Ziegenkäse und doch trotzen sie wider Wind und Wetter, steigen Berge auf und nieder, fliehen und stellen sich wieder dem Feinde entgegen, während das gegen sie abgeschickte Militär, durch die ganze Zeit mit Fleisch, Suppe, Brot u. dgl. ausgefüttert, sich vergebens abmüht, die Aufständischen aus ihrem Hinterhalte zu vertreiben oder sonst irgend einen Vortheil zu erreichen. Die Spitäler sind schon überfüllt, Mangel an Lebensmitteln ist eingetreten, ein Murren unter den Soldaten wird laut und zuletzt musste man vom vergeblichen, viel Blut und Zeit raubenden Kampfe ablassen, um endlich mit den Bergbewohnern fried-

lich zu verhandeln, was schon von allem Anfang hätte geschehen sollen.

Fast alle slavischen Völker und zumeist die Landbewohner, führen ausschliesslich eine vegetabilische Diät und würden sich desto mehr dem reinen Vegetarianismus nähern, wenn sich nicht die unglückselige Branntweinseuche so eingenistet hätte. Zwar trinkt der Bauer, besonders in Polen und Russland, den Branntwein nicht eben hochgrädig, bewegt sich ziemlich viel in der freien Luft, ist nicht verweichlicht durch ein Uebermass von Kleidung, kennt noch nicht den Kaffee und sonstige Colonialwaaren, so dass man fast glauben sollte, der Alkoholenuss sei damit etwas ausgeglichen, wenn nur auch mit allem dem eine genügende Reinlichkeit im Allgemeinen verbunden wäre. Tabak und Branntwein sind die Hauptfaktoren des Lebens der nördlichen Slaven, Tabak und Wein die der südlichen, doch von Fleisch verzehren sie am allerwenigsten. Die Landbewohner in Polen bereiten sich ihr Brot aus geschrotetem Getreide, gewöhnlich Hafer, essen die Hülsenfrüchte zwar gekocht, aber kalt und ohne Fett; in den südlichen Ländern vertritt wieder Kukurutz (Türkischer Weizen) alle andern Getreidesorten und bildet selbst die ausschliessliche Nahrung des Volkes.

Ueberhaupt finde ich bei den slavischen Nationen sehr vielen guten Grund zur Annahme der reinen vegetabilischen Diät, denn (ich spreche zumeist vom Landvolke) sie kennen noch nicht die Aftergenussucht der Städte in dem hochcivilisirten Westen, leben schon jetzt mehr einfach und ohne viele Bedürfnisse, ihr Haupterwerb ist der Ackerbau und sie betreiben die Viehzucht nur des Handels wegen. Ihre Kleidung, Nahrung und Beschäftigung ist die naturgemässeste, die Trunksucht und der Tabakgenuss das Verdammungswertheste. Würden sie sich der zwei letzten Sachen enthalten, so würden sie gänzlich naturgemäss leben. Der Vegetarianismus

hat die zahlreichsten Freunde in allen Ländern nur unter dem Landvolke und am vorherrschendsten in denjenigen Nationen, welche, wie man zu sagen beliebt, noch nicht civilisirt sind, also noch eine Zukunft vor sich haben. Wie ist diesen nur unbewusst lebenden Vegetarianern zu wünschen, dass sie die Annahme einer gänzlich reiz- und blutlosen Diät sich zur Regel machten, um so selbstthätig fortzuwandeln auf dem Wege zur irdischen Glückseligkeit!

Was ich dem Vegetarianismus sehr hoch anrechne, ist, dass er den Vegetarianer für die Erhaltung der unumschränkten Freiheit so sehr befähigt, denn: entsage ich so vielen und vielen unnützen Bedürfnissen, bin ich weniger mit Habseligkeiten belastet, dann schwinden so manche Sorgen und ich fühle mich alle Augenblicke frei, im höchsten Vollgenusse meiner individuellen Freiheit; ich bin aber auch geistig frei, vor mir breitet sich eine unendliche Gedankenwelt aus, aus welcher ich mir dann das Geeignetste zur Vervollkommnung meiner inneren Wesenheit frei wählen kann. Der Vegetarianer ist frei dem Wortlaute nach, er ist es aber auch dem Begriffe nach, ohne etwa irgendwie auszuarten, d. h. die eigene Freiheit masslos zu geniessen, denn er kennt weder die Habsucht noch den Egoismus, nicht den Neid noch die Hofahrt, er ist ein Apostel des Weltfriedens und der Freiheit. Br.

Die Rauchhexe, alten und jungen Gliedern des Raucherordens, sonderlich rauchenden Vätern, Lehrern und Geistlichen zur genauern Betrachtung und Warnung vorgeführt von J. V. Strebel. 2. Aufl. Stuttgart, Metzler. 1869. 107 S. 12 Sgr.

Die erste Auflage dieses interessanten, höchst inhaltreichen Schriftchens ist uns leider nicht bekannt gewesen. Der Verfasser, früher Director eines Privatgymnasiums in Stuttgart, jetzt

Pfarrer zu Roswaag, Ob. A. Vachingen, Württemberg, ist ein orthodoxer Mann und kein Vegetarianer. Aber wir empfehlen sein Schriftchen sehr. Es ist munter geschrieben, mit Humor, zeugt von viel Belesenheit, und treibt, indem es amüsirt, die Slaven des König Taback von gesundheitlichen, ästhetischen, moralischen, ökonomischen, pädagogischen und speciell theologisch-pastoralem Standpunkt in solche Engen, dass keiner mit heiler Logik heraus kann. Wäre das Schriftchen etwas knapper in der Form gehalten und wäre der Herr Verfasser Vegetarianer, so würde das Schriftchen vortrefflich genannt werden müssen. So gleicht der Herr Pfarrer, um sein Gleichniss zu brauchen, freilich noch den Kätzchen, die sich um ihren eigenen Schwanz drehen, denn indem er gegen ein künstliches „Reizmittel“ ficht, erkennt er Wein, Bier, Kaffee, Thee als „Nahrungsmittel“ an!! Lundahl's „Taback ist Gift“ scheint ihm nicht bekannt gewesen zu sein, sonst hätte der Herr Verfasser sich wohl vor diesen und ähnlichen Inconsequenzen gehütet. Aber wir drücken dem wackeren Siebziger warm die Hand, besonders da, wo er von der Erziehung der Jugend spricht. E. B.

Zum Vereinstag.

Zur Erwägung. Die leidenschaftliche Art, mit der bisweilen in Streitschriften unserer Seite die geachteten Autoritäten auf ärztlichem und naturwissenschaftlichem Gebiet persönlich verletzt werden, kann nur den Erfolg haben, nicht bloss diesen selbst, sondern auch dem zahlreichen ihnen anhängenden Publikum jede Lust zu benehmen, noch fernerhin unserer Sache überhaupt ihre Aufmerksamkeit zu schenken. Wenn es uns anders wahrhaft um Förderung derselben zu thun ist, scheint es mir geboten, im Gegentheil den Nichtvegetarianer da-

durch entgegen zu kommen, dass wir aus ihrer Seele heraus die Gründe zu lesen und herauszulocken suchen, die bei der überwiegenden Mehrzahl derselben die Bereitwilligkeit, sich auf unsern Standpunkt zu versetzen, nicht aufkommen lassen. Und da müssen wir es uns denn vor Allem gestehen, dass die tausendfachen Menschenmorde auf den Schlachtfeldern und Schaffoten, die noch fortwährend in unserer Zeit mit staatlicher Sanction vor sich gehen, allerdings sehr geeignet sind, das Mitgefühl für das leidende und zwar durch unsere Schuld leidende Thier bedeutend in den Hintergrund zu drängen und den Hauptgrund zu bilden, warum man unsere sittlichen Bestrebungen für die Thierwelt als Sentimentalität belächelt. Es muss daher, indem wir für das Thierrecht eintreten, auf das Nachdrücklichste von uns hervorgehoben werden, dass wir selbstverständlich jene, der finstersten Herzlosigkeit entspringenden Vorgänge mit tiefster sittlicher Indignation betrachten und nach Kraft und Gelegenheit für ihre Aufhebung mit Wort und That zu wirken bereit sind. Erst diese Erklärung unsererseits erweitert den sittlichen Horizont unseres Gegners und er ist dadurch nun in der Verfassung, sich näher auf unsern Empfindungszustand einzulassen und zu versuchen, ob ihm nicht bei unbefangener Betrachtung der betreffenden Sachlage auch ein gewisses, sittlich missbilligendes Gefühl gegenüber dem millionenfachen täglichen Morde der Thierwelt aufsteigt. Ist nun allerdings die Gewohnheit ein mächtiger Herrscher in der Menschennatur, so ruht ihre Kraft doch nur in der Gedankenlosigkeit, mit der mechanisch im alten Gleise fortgelebt wird, und da kommt es eben darauf an, dass wir die Gegner veranlassen, ihre Gedanken auch in unserer Richtung in Thätigkeit zu setzen. Haben wir nun in obiger Weise durch Weckung ihres sittlichen Gefühls erst

überhaupt dem Geist ein reichhaltigeres Motiv gegeben, das zum Anstoss für die sich weiter daran knüpfenden Fragen dient, dann ist es nöthig, ihnen auch die hygieinischen Gründe vorzulegen, soweit sie bis heute von Seiten unserer Aerzte entwickelt sind, welche nicht nur nachzuweisen suchen, dass wir ohne Fleisch gesund und thätig bestehen können, sondern in der Mehrzahl sogar darthun, wie sich die Gesundheit dadurch bedeutend verbessert. Erkennen wir an, dass wir erst im Beginn der Reform stehen, dass noch ein weiter Weg auch für die Forschung auf unserem Gebiete vor uns liegt, dass wir mit Nothwendigkeit noch auf so manche Einwendungen gegnerischerseits gefasst sein müssen. Suchen wir dann diese Einwände ohne Leidenschaft, rein sachlich, zu widerlegen; sollte es nicht auf der Stelle möglich sein, nun — so bleibt diese Entgegnung einstweilen als ein Problem für unser Nachdenken offen, das namentlich den sich uns immer zahlreicher anschliessenden Herren Aerzten einen Sporn zur Lösung bieten wird. Damit uns aber schon früher Widerlegtes nicht immer neu als aufgewärmter Kohl entgegengetragen wird, so stellen wir alle bisher von unserer Seite mit Erfolg widerlegten Einwendungen übersichtlich zusammen und erklären uns bereit, etwaige von einem neuen noch uncorrecten Gesichtspunkte unserer Gegner auftauchende Bedenken zu prüfen, um sie baldmöglichst ebenfalls zu erledigen. Ich denke mir nun die practische Ausführung so: Meiner Ansicht nach existirt in unserer bisherigen Literatur noch kein in Kürze abgefasstes, dabei rein sachlich und wissenschaftlich gehaltenes Buch, welches sämtliche in den verschiedensten Schriften zerstreuten Gründe und Widerlegungen der Gegengründe in übersichtlicher Ordnung den Geneigteren unter unsern Gegnern vorlegte. Ich möchte daher den Antrag zur Berathung für unseren nächsten Vereinstag stellen.

dass diese Arbeit einem dazu Befähigten unter unsern Vereinsgenossen zur Ausführung in geeigneter Form zu übertragen wäre, und dass dann das vollendete Buch entweder an der Stelle oder neben dem statutenmässig*) an sämtliche medicinische Facultäten zu versendenden Vereinsblatte, resp. Baltzers betreffenden Schriften diesen übermittelt, deren Kreis aber noch ausgedehnt würde auf die durch ihre Werke oder persönlich uns bekannten selbstständig forschenden Aerzte Deutschlands. Gleichzeitig müssen wir dieselben ersuchen, die ihnen nun noch neu aufsteigenden Bedenken und Zweifel, die in jenem Buche also noch nicht berücksichtigt wären, in unserem Vereinsblatt uns zur Kenntnissnahme mitzutheilen, damit sie, wenn möglich, gleich in derselben Nummer oder in einer späteren durch die Redaction oder einen sich sonst berufen fühlenden Vereinsgenossen widerlegt würden. Dadurch allein stützen wir unsere eigene Ueberzeugung immer fester und erschüttern die unserer Gegner immer nachhaltiger. Ich halte den Gegenstand für geeignet, dass sich in der Zwischenzeit in diesem Blatte die Ansichten darüber aussprechen und dadurch klären, wodurch wir eine schnellere Erledigung der Sache am Vereinstage selbst am Besten vorbereiten.

Oppeln. Gustav Weilshäuser.

Grahambrod oder Weizenbrod

von

F. W. Kubiczek.

In No. 14 dieser Blätter wurde von I. Hahn in Mexico, einem wackeren Vertreter der natürlichen Lebensweise, der Vorschlag gemacht, unser Brod statt Grahambrod richtiger Weizenschrotbrod zu benennen. Wir hät-

*) Diese Versendung hat nur einmal, auf besonderen Beschluss des Vereinstages, stattgefunden. D. Red.

ten gegen diesen Namen im Ganzen nichts einzuwenden, in Wien speciell wird nach unseren Beobachtungen dieses Brod keinen anderen Namen auch in Zukunft führen als Grahambrod schon aus Pietät für den grossen und edlen Graham, den Gründer und Begründer der natürlichen Lebensweise. Fast drei Jahre haben wir uns abgemüdet, damit in dem leichtlebigen Wien wenigstens der Name Grahambrod zum Unterschiede von den gesäuerten, gemischten Weizen- und Kornbroden bekannt werde und nun sollen wir Grahambrod, welches Wort uns täglich an einen der besten und edelsten Männer des Jahrhunderts erinnert, leichtthin opfern? Vor der Hand wenigstens würde das immer zu neuen Irrungen im Publikum führen und der Sache nachtheilig sein.

Gefährliche Folgen der Banting-Kur.

So lästig auch eine zu grosse Körperfülle werden mag — immerhin blieb es zu bedauern, dass so viele Personen, oft sogar solche, bei denen mit diesem sogenannten Leiden noch gar keine weiteren Belästigungen, als höchstens eine Kränkung ihrer Eitelkeit verbunden waren, dieser Kur sich anvertrauten. Neuerdings hat nun Dr. Th. Clemens in Frankfurt a. M. aber auch die Beobachtung gemacht, dass die genannte Kur einen äusserst verderblichen Einfluss auf den Körper zu äussern vermag und in den meisten Fällen wirklich hervorbringt. Der genannte Arzt beobachtete, dass fast immer zuerst die sogenannte Bright'sche Krankheit, ein bekanntes Nierenleiden, auftritt, und zwar so recht tückisch schleichend, dass ärztliche Hilfe gewöhnlich erst bei schon ausgebildeter Krankheit in Anspruch genommen wird, in welchem Falle eine Rettung kaum oder doch nur selten noch möglich ist. Zugleich trat in den meisten Fällen ein verhältnissmässig

rascher Verfall des Gesamtorganismus ein, dessen Beginn sich in Gehirn- und Rückenmarksleiden äusserte.
(Augsb. Abendztg. Beiblatt. Sept. 1869)

Die durchreisenden Vegetarianer finden in Wien eine gute vegetaria- nische Küche, bestehend aus 3 Spei- sen, Obst und Grahambrod, für 12 Sgr. beim Vegetarianer Alexander Hain, Wien - Josephstadt, Lederer- gasse No. 35. II. Stock im Hofe. Grahambrod auf die Reise ist daselbst stets vorräthig.

Alexander Hain,
Wien-Josephstadt, Lederergasse No. 35.

In Wien hat die kaiserliche Aca- demie den „grünen Saal“ dem Priessnitz- Verein für Vorträge zur Disposition ge- stellt. In demselben hat u. A. Herr G. Struve Vortrag über Vegetarianis- mus gehalten. Derselbe war sehr besucht. Er beleuchtete sein Thema besonders von diätetischer, ökonomischer und sittlicher Seite. Der Behauptung, dass Fleisch zu den „leicht verdaulich- sten“ Speisen gehöre, begegnete er mit dem Nachweis, dass es darauf gar nicht ankomme, sondern darauf, dass die Nah- rung ein reines, gesundes Blut erzeuge, was bei Fleisch, das so schnell in Ver- wesung übergehe und überdies schon das Product thierischer Verdauung sei, nicht in dem Maasse geschehen könne,

Seit Neujahr erscheint: E. Weilshäuser, **das vegetarianische Aus- land** (vierteljährl. durch die Post 7¹/₂ Sgr., vom Herausgeber in Oppeln 6 Sgr.) welches wir wiederholt empfehlen.

Deutscher Verein für naturgemässe Lebensweise.

Dem Verein beigetreten sind: Frau Hofkammerräthin Elise Bilharz in Sigmaringen; Herr Jaquot in Freiburg in Baden; Herr Lamprecht, Schäfer in Nienfelde bei Seehausen, Provinz Brandenburg. Herr Hugo Wegele, Würzburg.

Zur Vereinskasse gingen ein: von S. Br. in Mdl. 1 Thlr. N. in E. 1 Thlr. L. W. in Boch. 1 Thlr. M. in Nordh. 1 Thlr. Fr. E. B. in S. 1 Thlr. Hoest in K. 2 Thlr. J. in Frbrg. 1 Thlr. F. in Fr. 1 Thlr. H. W. in W. 1 Thlr. Dr. K. in J. 1 Thlr. Zur Waisenkasse von einer Dame in S. durch Fräulein B. 20 Sgr.
Der Vorstand.

Selbstverlag des Herausgebers **Eduard Baltzer** in Nordhausen.
In Commission bei **Ferd. Förstemann** daselbst.
Druck von **Th. Müller** in Nordhausen.

Nächste Nummer erscheint Anfang März.

zumal der Mensch es nicht halb leben- dig, wie die Raubthiere, zu verzehren pflege. Grosser Beifall lohnte den Vor- tragenden und vielfache Fragen wurden an ihn gestellt und ein vegetarianischer Verein unter seiner Leitung gewünscht.

Herr v. Tschärner in Bern, Weiss Quartier 194, (Vorstand des dortigen Vereins für natürliche Lebens- und Heil- weise) wird sich freuen, durchreisende Gesinnungsgenossen bei sich zu sehen.

Gesuch. Ein Vegetarianer sucht zur Verlegung und Ausdehnung seines Ge- schäfts einen Theilnehmer mit 5—6000 Thlr. Einlage. Das Geschäft, seit meh- reren Jahren am Rhein bestehend, stellt der Mode nicht unterworfenen Artikel her, welche im In- und Auslande Ab- satz finden und wirft guten Gewinn ab. Anfragen unter N. B. 10 befördert die Redaction dieses Blattes.

Da es mir widersteht, Milch oder Butter zu geniessen, zu gelegentlicher Ab- wechslung aber einiges Fett in Form von mildem Oel erwünscht, hier aber nicht zu haben ist, so bitte ich um Mittheilung einer Bezugsstelle oder Quelle für gutes, reines, frisches Nuss-, Mohn- oder dgl. Oel.
G. Schall, Schwerin, Mecklenburg.

Berichtigung. Herr Bäcker Jansen in Schleswig wohnt Lollfuss, 7. Quar- tier No. 208 und „bäckt viel lieber als Zwieback das Grahambrod, nach Wunsch mit oder ohne Rosinen.“

Vereins-Blatt

für Freunde

der natürlichen Lebensweise (Vegetarianer).

N^o 17.

Nordhausen, den 1. März

1870.

Ἄρον ἐμπέδως πεπείσθαι διὸ οὐτε τὸ ἀγαθὸν βλάπτει ποτὲ οὐτε τὸ κακὸν ωφελεῖ.

Wir müssen daran festhalten, dass das Gute nicht schädlich, das Böse nicht nütz- lich sein kann.

Porphyrius, von der Enthaltensamkeit, übersetzt von Baltzer, II. 41, S. 71.

Aus dem fernen Osten.

(Schluss.)

II. Band, Seite 15 ergeht sich Dr. Scherzer in Bezug auf die Chinesen in sonderbaren Widersprüchen, indem er sagt: „Der Chinese ist nichts weniger als skrupulös in der Wahl seiner Nah- rung. Er isst Schweinefleisch und trinkt Wein und nährt sich lieber von fetten Braten als mageren Hülsenfrüchten, un- bekümmert darum, ob sich eine solche Lebensweise auch mit den Satzungen Brahma's und Menu's und den Lehren des Confucius verträgt. Nüchtern- heit, Geschick, Fleiss, zähe Lebens- fähigkeit und Seelenzahl scheinen den Chinesen eine grosse Rolle nicht nur im Entwicklungsgange der indischen Völker, sondern auch in der Geschichte der Menschheit anzuweisen.“ — Wie geht denn Nüchternheit mit Wein und Braten zusammen? und überhaupt diese Ausführung mit dem letzten Berichte? Es scheint, dass eben auch nur der wohlhabende Theil in den Städten wie überall die Gesetze der Mässigkeit miss- achtet.

Seite 62 berichtet er etwas über die chinesischen Apotheken, die 442 Heil- mittel aus allen 3 Reichen enthalten sollen, darunter die wunderbarsten Stoffe, welche auch ehemals bei uns galten und zum Theil noch heut zu Tage. Unter diesen Heilmitteln findet sich auch das

Wasser, welchem die Chinesen, wie Dr. Scherzer berichtet, die grössten Heilkräfte zuschreiben und es daher gegen eine Unzahl der mannigfachsten Leiden in den verschiedensten Formen anwenden. Das kalte, laue, warme und heisse Wasser, sowie Schnee und Eis- wasser sind gesonderte Medicamente, ebenso Regenwasser, Quellwasser, Brack- wasser, Thau, das gekochte Wasser, der Dampf. Auch Menschenmilch gehört zu den Heilmitteln und er bemerkt dabei: „Die chinesischen Weiber erhalten sich ganz abgesehen von dem Brauche, ihre Kinder 2 bis 3 Jahre und oft noch länger zu stillen, auch aus Speculation in einem continuirlichen Milchstande und decken auf diese seltsame Weise das Deficit, welches bei der unzureichenden Menge von Kuhmilch zwischen dem Marktbedarf und dem wirklichen Vor- rath von Kuhmilch entsteht. Ein Chi- nese, der neben seiner legitimen Frau manchmal noch 5—6 Keksweiber be- sitzt, kann eine förmliche Meierei an- legen. Da die Seefahrer, in einem Hafen angekommen, gemeiniglich leidenschaft- lich gern Milch trinken, so erstaunten wir nicht wenig, von einem Arzte in Hongkong die Quelle zu erfahren, aus welcher die von uns reichlich genossene Milch wahrscheinlich geflossen war.“ Ich kann hier die Bemerkung nicht unterdrücken, dass es wohl Wenige

geben wird, denen vor solcher Milch, obwohl gewiss die für uns natürlichste, nicht ein Gefühl des Ekels überkommt, und darin scheint mir ein sicherer Beweis zu liegen, dass für Erwachsene der Milchgenuss nicht naturgemäss ist.

Seite 74: „Die Chinesen betrachten die Lepra als die furchtbarste Krankheit, welche, ohne geheilt werden zu können, Andere ansteckt, und sie fliehen daher mit grosser Scheu alle damit Behafteten. Gleich dem mosaischen Volk sprechen die Chinesen von der Lepra als von einer Folge der Unsittlichkeit, einer gerechten Sühne für begangene Sünden. Da die chinesischen Aerzte diese Krankheit für eine Vergiftung des Blutes ansehen und bei ihrer Behandlung dem Grundsatz Hahnemann's *similia similibus* folgen, so wählen sie als Heilmittel dafür die absonderlichsten, ekelhaftesten Stoffe, welche ihre *Materia medica* zu bieten vermag, wie: Krötenspeichel, Käfer, Schlangen, Würmer, Skorpione etc.“

Seite 94 berichtet er von den Senftenägern, die täglich 20—25 Meilen zurücklegen und nebst der Verköstigung (Thee, Reis, Gemüse und Kuchen) 1 Dollar bekommen. Reisegepäck, sowie Waaren im Allgemeinen werden durch Kuli's befördert und zwar trägt ein Kuli leicht 110—145 Pfund. Er übersteigt mit einer solchen Last sogar hohe Gebirgspässe und wird damit täglich ohne grosse Ermüdung 13 Meilen zurücklegen.

Seite 101 erzählt er von einem Gastmahl, das ein reicher einheimischer Kaufherr den Reisenden zu Ehren gab, bei dem alle möglichen chinesischen Delicatessen aufgetragen wurden, als: Schwalbennester, Kibitz-Eier und gedämpfte Frösche, gebratene Seidenwürmer, Haifischflossen, halb ausgebrütete Küchlein, Trepang, Bambuswurzeln, Seegrass etc.; es wurden beiläufig ein halbes hundert Speisen aufgetragen, doch waren „Fleischspeisen entschieden in

der Minderzahl, dagegen wurden Reis und Gemüse in allen erdenklichen Formen credenzt.“ Die Chinesen sind im Allgemeinen ein nüchternes Volk, und selbst die Leidenschaft, Opium zu rauchen wird mehr in den Seeprovinzen und grossen Städten als im Innern des Landes unter der Masse des Volkes angetroffen.

Seite 146. Insel Puynipet im stillen Meer. Die Einwohnerzahl betrug beiläufig 2000, früher aber über 5000, wurde durch eine Blatternseuche 1854 arg gelichtet, die durch einen kranken englischen Matrosen eingeführt worden sein soll. Dr. Scherzer ergeht sich bei dieser Gelegenheit in Lobpreisungen der Impfung, denn von 30 weissen Ansiedlern, die damals auf der Insel lebten, erkrankte bloss ein Einziger, der bald genas. Nun ist es sehr auffallend, dass bei uns die Impfung solches Wunder nicht bewirkt. Wir wissen aus amtlichen Listen der verschiedenen Krankenhäuser, dass $\frac{2}{3}$ aller Blatternkranken geimpft waren.

Seite 157; „Die Hauptnahrung der Eingeborenen besteht aus den Früchten des Brotbaumes, welche sie auf eigenthümliche Art längere Zeit aufzubewahren verstehen —, ausserdem in Cocosnüssen, Zuckerrohr, Yamswurzeln, Tauben (erst seit Einfuhr der Schiesswaffen), Schildkröten, Fischen und Trepang, eine Seegurkenart, die sie roh essen. — Aus dem Saft der Kawapflanze bereiten die Eingeborenen ein berauschendes Getränk, das bei Festlichkeiten eine grosse Rolle spielt. — Der Kawatrank verursacht eine Art Trunkenheit, die sich völlig von jener durch Alkohol erzeugten unterscheidet. Dem Kawagenuss ergebene Menschen taumeln weder wie Betrunkene, noch sprechen sie viel und laut. Zwar ergreift sie ein Zittern am ganzen Körper, ihr Gang wird langsam, aber sie bewahren vollkommen das Bewusstsein; im letzten Stadium der Wirkung fühlen sie ausserordentliche Schwäche in allen Gelenken,

Kopfwahl, Neigung zum Schlafen und vollständigste Ruhe wird zum unabwiesbaren Bedürfniss. — Ein zu häufiger oder fortgesetzter Genuss des Kawatrankes soll eine ganz eigenthümliche Hautkrankheit zur Folge haben.“ (Die Blattern finden ihre Erklärung.) „Die alten Kawatrinker sehen düster und trübsinnig aus, ihre Augen sind eingefallen, die Haut trocken, schuppig und der ganze Körper mit Geschwüren bedeckt.“ — In Betreff der Körperbeschaffenheit erwähnt Dr. Scherzer nur, dass der Chef des Roankiddi-Stammes ein schöner Mann von hoher Gestalt, kräftigem Körperbau, dunkelbrauner Farbe und von einnehmendem Aeussern gewesen sei.

Seite 167: „Die Eingeborenen sind sehr regelmässig in ihren Lebensgewohnheiten. Sie stehen bei Tagesanbruch auf, baden im Flusswasser, nehmen einige vegetabilische Nahrung zu sich und salben ihren Körper; hierauf geben sie sich einer sehr einfachen Beschäftigung hin, kehren Mittags in ihre Hütten zurück, baden neuerdings und nehmen ein zweites, nicht minder frugales Mahl zu sich. Der Rest des Tages wird in Vergnügungen zugebracht, gegen Sonnenuntergang eine dritte Mahlzeit genommen und frühzeitig zur Ruhe gegangen. Viele Achtung und Aufmerksamkeit wird dem weiblichen Geschlecht erwiesen, das zu keinerlei Beschäftigung angehalten ist, die ihm nicht ordnungsmässig zukommt. — Die Religion dieses primitiven Völkchens ist sehr einfach. Sie haben weder Götzenbilder noch Tempel, und obwohl sie an ein Fortleben nach dem Tode glauben, scheinen sie doch keine religiösen Feste zu begehen.“ Seite 174. „Die Eingeborenen sind im Allgemeinen gutmüthig, gefällig und ausserordentlich gastfrei — in der Regel streng rechtlich in ihren Transactionen. Aber in Folge des mächtigen Einflusses, welchen die weissen Ansiedler über die Ein-

geborenen dadurch gewonnen, dass sie deren Sprache geläufig sprechen, ihre Sitten und Lebensgewohnheiten angenommen und ihnen aus dem Saft der Cocusnuss ein berauschendes Getränk zu bereiten gelehrt haben, hat der Charakter der Eingeborenen wesentlich von seiner Naturwüchsigkeit eingebüsst und bald wird ihnen jede Art Laster und Unsittlichkeit zur Gewohnheit geworden sein.“

Seite 184. Insel Sikayana im stillen Meer. „Als wir ungefähr 4—5 Seemeilen von den westlichen Inseln entfernt waren, näherten sich der Fregatte 2 grosse Canoes, in denen sich 15 bis auf einem Lendengürtel ganz nackte Menschen befanden. Es waren sämmtlich hohe, stämmige, kräftige Männer von $5\frac{1}{2}$ bis 6 Fuss Höhe — fast Alle zeigten Tätowirungen. — Wir sahen niemals unter den halbwilden Völkern einen so schön gestalteten, wohlproportionirten, gesundheitsfrohen Menschenschlag, wie die Bewohner des Korallenriffs von Sikayana. Wahrhaft staunenswerth war ihr freies, ungezwungenes, gewandtes Benehmen. Bei dem kräftig gesunden Aussehen der Eingeborenen dürfte die Ursache der Stagnation in der Zunahme der Bevölkerung weniger den Einflüssen des Klimas als den Wahrnehmungen der von Zeit zu Zeit durch fremde Schiffe eingeschleppten Seuchen zugeschrieben werden.“ — Seite 195: „Die Hauptnahrung der Bewohner von Sikayana besteht in Fischen, Kokosnüssen, Taro, Pandanusfrüchten; nur zuweilen geniessen sie Schweinefleisch oder Hühner. Die Zucht von Schweinen und Hühnern geschieht hauptsächlich für den Verkehr mit fremden Schiffen, um sich dafür verschiedene Erzeugnisse der Civilisation zu verschaffen. Der Lendengürtel, ihr einziges

Kleidungsstück, ist aus Baumrinde verfertigt. — Europäische Spirituosen sind den Eingebornen bisher wenig bekannt geworden, wir sahen davon in keiner Hütte, noch hat jemals ein Eingeborner den Wunsch danach geäußert, während bisher alle wilden und halbwilden Völker, mit denen wir verkehrten, zuerst nach Brandy fragten. Dass man auf Sikayana noch keine Neigung zu Spirituosen hat, beweist allein schon den geringen Verkehr der Eingeborenen mit der Civilisation. — Wenn die Bewohner der Salomoinselfn die wildesten Menschen waren, mit denen wir auf der ganzen Reise zusammentrafen (ohne zu landen), so machten dagegen die biedern Bewohner von Sikayana auf uns den Eindruck des sittlichsten und friedlichsten Volks, das wir kennen gelernt, und noch jetzt gehören die flüchtigen Stunden, welche wir unter diesen primitiven Menschen zugebracht, zu den eigenthümlichsten und wohlthueendsten Erinnerungen unserer Erdfahrt.“

Seite 229: Australien. — „Die Eingebornen im Port Jakson und im Illawara-Distrikt haben im Allgemeinen nur wenig Urwüchsiges an sich und machen durch ihre sittliche Verkommenheit und ihren Hang zum Trunk einen sehr unangenehmen, betrübenden Eindruck; denn ihr dermaliger trostloser Zustand muss grösstentheils ihrem Contact mit der Civilisation zugeschrieben werden, während sie diese andererseits weder verständig noch arbeitssam gemacht hat. — In keinem Theil Australiens bebauen die Urbewohner den Boden. Wie ihre Lebensweise eine nomadische, so besteht ihre Nahrung grösstentheils nur in dem, was ihnen die Jagd und der Fischfang liefert. Ihre Wohnungen bestehen entweder in natürlichen Felsenhöhlen, oder aus einigen Stücken zusammengebogenen an bei-

den Enden am Boden befestigter Baumrinde. Das Vorkommen des Canibalismus ist namentlich unter den Urbewohnern im Norden eine erwiesene Thatsache“. — Ihr Verstandesvermögen ist ein äusserst beschränktes. Dr. Scherzer erwähnt auch eines Brodes, das er bei den europäischen Pächtern gefunden, Demper genannt, eine aus Wasser und Mehl in heisser Asche gebackenen Masse, es soll vortrefflich schmecken und sich längere Zeit geniessbar erhalten.

Seite 304. — Neuseeland. „Die Maori's sind im Allgemeinen ein schöner Menschenschlag, wohlgebaut und kräftig, jedenfalls nicht kleiner als die Europäer, dem sie auch fast ähnlich sind. — Sie sind stark tätowirt, eine sehr schmerzliche Operation, die gewöhnlich in verschiedenen Zeitabschnitten vollendet wird, ist jedoch mit Einführung des Christenthums fast ganz ausser Gebrauch gekommen. — Die Maori waren vor Einführung des Christenthums Menschenfresser, wenn man aber jetzt gegen sie davon Erwähnung thut, wenden sie sich mit einem Gefühl des Abscheu's ab. Jedoch soll der Canibalismus zur Zeit ihrer Einwanderung auf der Insel, die der Missionar Taylor auf 500 Jahr zurückverlegt, unbekannt gewesen sein.“ Seite 313. „Die wichtigsten Nahrungspflanzen vor Ankunft der Europäer waren: 1) Raorao, ein 3–4 Fuss hoher Farn, dessen Wurzelstock vor Einführung der Pruaschen Kartoffel hauptsächlich die vegetabilische Nahrung der Maoris ausmachte. 2) Die Kumara oder süsse Kartoffel, die unschätzbare Frucht des Neuseeländers, — die eigentliche Kartoffel wurde erst durch Cook vom Cap der guten Hoffnung auf Neuseeland verpflanzt. 3) Mamaku, eine der schönsten Baumfarn des Landes, dessen ganzer oft 20 Fuss hoher Stamm gegessen werden kann und für eine be-

trächtliche Anzahl von Personen hinreichend ist.“

„Gegohrene Getränke, gleich wie die Kava des Südsee-Insulaners oder die Chicha der Indianer Süd- und Mittelamerika's scheinen die Maoris nie gekannt zu haben. Die einzigen Früchte, aus denen zuweilen Getränke bereitet worden, sind: Beeren der Tawa und des Tupa-Kihi-Strauches, welch' letztere jedoch, wenn viele Pflanzenstengel beigemischt sind, häufig vergiftende Wirkung haben, Convulsionen erzeugen und sogar den Tod herbeiführen. Um die physische Stärke der Maoris zu erproben, liess Dr. Thomsen, der sich viele Jahre auf Neuseeland aufhielt, Gewichte vom Boden aufheben (von 31 Personen) und stellte Vergleiche mit englischen Soldaten an, aus denen sich ergab, dass das Durchschnittsgewicht, welches die Soldaten von der Erde heben konnten, 422 Pfd., bei den Maoris 367, also 58 Pfd. weniger betrug. Dr. Scherzer will die Ursachen dieser geringen Muskelkraft in der grösstentheils vegetabilischen Nahrung der Neuseeländer suchen, setzt aber hinzu, „andererseits ist die träge einförmige Lebensweise der Maori zur Entwicklung der Muskelkraft nur wenig geeignet“. Darin dürfte wohl die Hauptursache liegen. Seinen beschränkt medicinischen Standpunkt documentirt Dr. Scherzer abermals, indem er fortfährt: „Treffend bemerkt Dr. Thomson, wie die vorliegende Thatsache namentlich gegen diejenigen beweisführend auftritt, welche daran Gefallen finden, die Welt in einem verschlechterten Zustand darzustellen und die Menschen gegenwärtig für weniger stark und kräftig zu halten als in früheren Jahrhunderten, bevor Handel und Cultur ihren Einfluss auf die Sitten und Gebräuche der Völker ausgeübt haben. Denn wir gewahren hier wie die Neuseeländer, eine Race, welche sich eben erst aus dem complettesten Urzustande

erhob, gleichwohl in Bezug auf physische Kräfte weit hinter den Bewohnern eines Landes zurückstehen, wo Maschinen und Civilisation sociale Veränderungen von einer Ausdehnung gebracht haben, wie sie kein anderes Culturvolk der Erde aufzuweisen im Stande sein dürfte.“ Solche Auslassungen, die häufig zugleich eine Reclame für die medicinische Wissenschaft sein sollen, sind wir von dem Herrn gewöhnt, nur leider dass die Statistik in grellem Widerspruch mit dieser rosigen Weltanschauung steht. Was nun diese Maori betrifft, so kommt, abgesehen davon, ob diese Versuche wirklich unparteiisch vorgenommen worden, zu bedenken, dass die Maori, die zum Vergleiche dienten, wahrscheinlich aufs Gerathwohl aus der Menge herausgegriffen wurden, während die englischen Soldaten ausgesuchte, durch Körperübungen gestärkte Menschen sind; hätte Dr. Thomson seine Leute aus englischer Fabrikbevölkerung oder von den Strassen Londons geholt, das Resultat würde gewiss ganz zu Gunsten der ersteren ausgefallen sein.

Seite 388: Tahiti. „Wohl keine der zahlreichen Inseln des grossen Oceans hat in verschiedenen Zeitabschnitten die Aufmerksamkeit und Theilnahme der civilisirten Welt in höherem Grade auf sich gezogen, als das Eiland, in dessen Hafen wir eben Anker warfen. Einst liessen die anmuthsvollen Schilderungen, welche der unübertreffliche Cook von seinem Aufenthalte auf Otaheiti und dem reinen und beständigen Glücke der dortigen Bewohner entwarf, einen tiefen Eindruck in der Brust des verfeinerten Lesers zurück etc.“ Hören wir, was die Weissen aus diesem Völkchen gemacht haben. Seite 390 erwähnt Dr. Scherzer wohl den guten Einfluss der englischen Missionäre, die die Menschenopfer unterdrückt, zahlreiche Laster abgeschafft, das Verbot der Destillir-Anstalten für geistige Getränke und des Anbaues der Kawai-Pflanze bewirkt (sie müssen damals

schon entartet gewesen sein seit Cook, da sie Destillations-Anstalten besaßen) und fährt dann fort: „Dieser erfreuliche sittlichende Einfluss der englischen Missionäre auf die Urbewohner, war aber leider nicht auch von einer Hebung und Besserung ihres physischen Zustandes begleitet. In Folge früherer (?) Ausschweifungen und des Auftretens gewisser Seuchen und Krankheiten, welche die unzertrennlichen Begleiter der Weissen bei ihrem ersten Contact mit primitiven Völkern zu sein scheinen, trat eine merkliche Abnahme der Bevölkerung ein. Fast hatte es den Anschein, als seien die Tahitier auf dem Gipfelpunkte ihrer Civilisation angelangt nach einem dunklen Naturgesetze, wie so mancher andere farbige Volksstamm verurtheilt, ihre häuslichen Wohnsitze einer thätigeren und entwicklungsfähigeren Race zu überlassen.“ Im Jahre 1838 benutzte bekanntlich die französische Regierung den Umstand, dass 2 katholische Missionare von der Königin Pomare zurückgewiesen worden waren, von der Insel Besitz zu ergreifen. Damit war der Demoralisation vollends Thür und Thor geöffnet, denn Dr. Scherzer fällt weiterhin folgendes Urtheil: „Unter dem Einflusse liberaler, aber sittlich strenger Gesetze würde auch Tahiti sich bald zu einem Emporium der Südsee, zum Singapore Oceaniens emporgeschwungen haben. Unter französischem Protectorat dagegen ist die Insel mit ihrer von jeher zur Frivolität und Sinnlichkeit geneigten Bevölkerung in der That das geworden, was sie einmal ein französischer Seefahrer scherzweise nannte: „La nouvelle Cythère!“ Die Hauptnahrung der Eingeborenen sind: 1) die F*éi* oder wilde Banane, wird bloss geröstet oder gekocht gegessen, 2) die Kokospalme, deren Früchte Nahrung für Thier und Mensch, zum Getränk und Oelgewinnung dienen, 3) der U*ru* oder Brodfruchtbaum, dessen Frucht im kanakischen Ofen zwischen

erhitzten Steinen gebacken, ein Surrogat für unser Brod ist. Er trägt 3 Ernten im Jahre; manche Früchte wiegen acht bis 12 Pfund, 4) der Fara oder Pandanus, dessen Früchte gleich denen des Brodfruchtbaumes genossen werden, 5) Taro, ein Knollengewächs, das zu gewissen Zeiten den Mangel der Brodfrüchte ersetzt und mit grosser Sorgfalt cultivirt wird, 6) Pia, ein dem Taro ähnliches Knollen-Gewächs, das man im Handel irrthümlich Arrow-root nennt, indem letzteres von einem anderen Baume auf den Antillen herrührt, 7) Hoi oder Yams, 8) Amara, die süsse Kartoffel, wird von den Eingeborenen der europäischen Kartoffel vorgezogen, 9) Fare-rupe, ein Farrenkraut, dessen Wurzel gegessen wird. Vor Ankunft der Europäer bereitete man aus der Ti-Pflanze und dem Kawapfefferstrauche berauschende Getränke, die jetzt durch Alkohol verdrängt worden, welcher rasch nicht weniger schädliche Wirkungen auf den physischen und sittlichen Zustand der Eingeborenen zu äussern begonnen hat.

Damit beendige ich meine Rundreise, die uns unzweifelhaft lehrt, dass überall Vegetabilien und insbesondere Baumfrüchte zu den Hauptnahrungsmitteln des Menschen gehören und Fleischnahrung ab und zu als Ausnahme und Abweichung von der Natur betrachtet werden muss, wie der Genuss berauschender Getränke, das Betelkauen oder die körperlichen Verunstaltungen, Sitten und Gewohnheiten, die jedenfalls den Vorfahren fremd waren. Wissen wir doch, dass auch der Tabak, der jetzt ein so grosses Consum bei uns ausmacht, einst unbekannt war, ebenso wie Thee und Kaffee, ja selbst das Salz, denn wer lieferte solches unseren Vorfahren, ehe es noch Salzbergwerke und Siedereien, nicht einmal Strassen noch Transportmittel gab? Eine andere traurige Wahrnehmung ist, dass das körperliche Wohlbefinden wie die Sittenreinheit der pri-

mitiven Völker fast überall im Contact mit der europäischen Civilisation beträchtlichen Schaden litten, und es drängt sich hier wohl Jedermann die Frage auf, ob es dem Namen der Civilisation verdiene, was Laster und Krankheit in seinem Gefolge hat. Wohl ist es für den Europäer ein stolzes Gefühl geistiger Ueberlegenheit, wenn er auf Eisenbahnen weite Länder durchfliegt, entfernte Welttheile durch Telegraphen verbindet, mit Meissel und mit Pinsel Kunstwerke schafft, Sonnen- und Mondfinsternisse und die Entfernung der Sterne berechnet, Metalle aus den Eingeweiden der Erde holt, Panzerschiffe, Armstrong-Kanonen und die künstlichsten Maschinen fertigt, die Dinge in ihre Elemente zerlegt und ganze Bibliotheken mit Schätzen der Wissenschaft füllt, — allein muss uns die Freude an all' diesen schönen Errungenschaften der Civilisation nicht arg vergällt werden, wenn wir bedenken, dass sie zum grossen Theil mit dem Leben und der Gesundheit Tausender erkaufte werden, wenn wir den erbärmlichen Gesundheitszustand der meisten europäischen Völker betrachten, wo wie z. B. in Oesterreich nur 20 Mann von 100 Recruten zur Noth diensttauglich sind und ein normal gesunder Mensch überhaupt eine Seltenheit ist, Spitäler, Irrenhäuser und Strafhäuser in erschreckendem Masse sich anfüllen, die Sterblichkeit, wie Dr. Nittinger und unlängst Dr. Elam in London nachgewiesen, beständig im Zunehmen begriffen ist, dazu jene traurigen politischen und socialen Zustände, ein allgemeines Gefühl an Unsicherheit und Missbehagen, blutige Kriege, Revolutionen und Seuchen?! Wahrlich, der friedliche Zustand der Bewohner von Sikayana könnte fast beneidenswerth erscheinen. Gewiss ist, dass ein grosser Theil unserer Industrie, die künstliche Bedürfnisse schafft und die Gesundheit des Arbeiters untergräbt, kaum ein Fortschritt genannt werden kann und mit der wahren Civilisation, die doch

nur die geistige und physische Vervollkommnung, Ausbildung der Naturanlagen, nicht aber eine Verschlechterung und Irreleitung derselben zum Ziele haben kann, unvereinbar ist; es wird so Manches als Civilisation gepriesen, was diesen Namen nicht verdient, und es wäre eine dankbare Aufgabe, zu untersuchen, wie die Vortheile unserer europäischen Civilisation mit dem geistigen und leiblichen Wohlbefinden der grossen Menge, denn das allein ist entscheidend, sich vereinigen liesse, mit einem Wort, was wirklich den Namen Civilisation und Erhaltung verdient und was dagegen als Aftercultur keine Existenzberechtigung in einer gesunden Staatsgesellschaft haben kann. Graf Zedtwitz.

Liebig.

Die Wiener „Medicinische Wochenschrift“ brachte im Sommer eine Uebersetzung mehrerer vom Professor Liebig in dem englischen Journal „Lauzet“ geschriebenen Aufsätze über den Nahrungswerth verschiedener Lebensmittel für den Menschen, die uns Vegetarianer zu vielfachem Widerspruche herausfordern, insbesondere aber hat ein Satz in Nr. 53 mich mit dem grössten Staunen erfüllt.

Liebig giebt zwar zu, dass vegetabilische Nahrung Kraft geben könne, und führt als Beispiel den Holzhauer in dem bayerischen Hochlande an, meint aber, da, wo es sich um schnellen Kräfteansatz handelt, z. B. bei Bräuknechten und Soldaten, sei das schnell verdauliche Fleisch eine Nothwendigkeit und vegetabilische Nahrung ungenügend. Er sagt: „Ein Holzhauer im bayerischen Hochlande verzehrt im Winter, bei 6 Arbeitstagen, wöchentlich 14 Pfund Mehl, zwischen 2—3 Pfund Butter, 1 Pfund Brod und $\frac{1}{2}$ Pinte Branntwein. Er verzehrt das Mahl in Gestalt eines in Butter geschmorten Pfannkuchen, den er in kleine Stücke schneidet, denn er entfernt somit einen guten Theil Kauarbeit. (Ein zweifelhafter Vortheil.)“

Das Mehlquantum entspricht an $2\frac{1}{2}$ Pfd. Brod täglich, welches 8 pCt., also 130 Gramm Albuminate, enthält. Seine Arbeit ist hart, erfordert aber nicht viel Kraft-Ausdauer (?), denn nach jedem Hiebe mit seiner Axt kann er so lange aushalten, als ihm beliebt, denn die Bäume stehen noch und zwingen ihn nicht, schnell zu arbeiten.

Die Arbeiter in den Münchener Bierbrauereien bedürfen einer anderen Nahrung. Ihre Arbeit ist die härteste von allen und nur sehr kräftige Menschen können sie überhaupt aushalten, denn die schweren Beschäftigungen folgen ununterbrochen auf einander und nehmen die Kraft des Mannes unaufhörlich in Anspruch. Er hat keine Minute Rast, Alles muss so schnell als möglich geschehen. Nach der Menge Nahrung, die innerhalb 7 Monaten von 95 Männern einer Münchener Brauerei verzehrt wurde, hat Jeder von ihnen an Fleisch allein 120 Gramm Albuminate täglich verzehrt, mit jenen in Brod zusammen 160—170 Gramm täglich, also $\frac{3}{4}$ der Menge in Fleisch, $\frac{1}{4}$ in Brod. Und warum, ist auch leicht ersichtlich. Der Brauer verzehrt im Fleisch einen Stoff, der zu seinem Uebergang in den Körper das Minimum innerer organischer Arbeit erheischt, und so empfängt er in weniger als 3 Stunden aus den Albuminaten des von ihm genossenen Fleisches eine Kraftmenge für seinen Körper, die diesem erlaubt, mit ihr nach Belieben zu verfügen. Der Holzhauer in den Bergen hingegen muss 8—10 Stunden warten, bis die constituirenden Bestandtheile seines Mahles den gebührenden Effect auf seinen Körper üben. Zwei Arbeiter von gleichem Gewichte brauchen täglich eine gewisse Menge Albuminate in ihrer Nahrung, um ein gewisses Gewicht und eine gewisse Höhe zu haben; derjenige von beiden aber, welcher in der Zeit pressirt ist, muss Fleischnahrung haben, während dem Anderen, der dies nicht ist, vegetabilische genügt.“

Für einen Soldaten genügen im Frieden 125 Gramm Albuminate täglich und davon $\frac{1}{4}$ mindestens in Form von Fleisch. In Kriegszeiten aber, bei erschöpfenden Märschen, mit 60 Pfd. Kleidung und Munition beladen, bedarf er mindestens 140 bis 145 Gramm, deren Hälfte in Form von Fleisch ihm zukommen muss u. s. w.“ Dass diese Unterscheidung zwischen Holzhauerarbeit und der des Brauers und Soldaten eine sehr willkürliche ist und aus der Theorie zu Liebe geschieht, liegt auf der Hand, wer die Leute im Wald mit schweren Sägeklötzen handiren und Stücke roden sieht, wird diese Arbeit nicht geringer schätzen als die der Brauknechte. Uebrigens hat einmal, als ich bei Dr. Steinbacher in München war, der Besitzer des grossen Löwenbrauhauses, Herr Brag, geäußert, dass seine Arbeiter alle in den schönsten Jahren sterben. Auf jeden Fall aber würde selbst nach der Liebig'schen Theorie, wenn schon der Holzhauer bei seiner harten Arbeit mit vegetabilischer Nahrung bestehen kann, diese für die ungeheure Mehrzahl der Städtebewohner, die viel leichtere Arbeit haben, genügend sein, es giebt aber Fleischprediger, die viel weiter gehen und die Fleischnahrung für den Menschen überhaupt für nöthig erklären, weil die andern Nahrungsmittel angeblich nicht die dem Fleische gleichkommende chemische Zusammensetzung haben (Medicinalrath Richter). Liebig fährt dann fort: Alles das sind einfache und leicht verständliche Grundsätze, die man leicht von jedem Kutscher lernen kann, denn er sorgt ganz nach denselben Grundsätzen für sein Vieh: „Unsere Pferde müssen Hafer haben“ sagte ein englischer Omnibuskutscher zum Professor Stayfais. Wenn sie vom Lande kommen, sind sie rund und plump, denn die Bauern füttern sie gut, aber solche Pferde können wir nicht brauchen, sie schwitzen und können keinen harten Trab laufen, der Hafer muss in ihnen sein.“

Was Fleisch für den Menschen ist, dass ist Hafer für das Pferd oder in Arabien die Gerste, welche beide unter allen Vegetabilien die Albuminate in der concentrirtesten Form enthalten und im Zustande der leichtesten Uebergangsmöglichkeit im Blut.“

Diesen Satz, den ich wohl öfter von Laien, die oberflächlich urtheilten, aussprechen hörte, in dem Munde eines Gelehrten von dem Rufe Liebig wieder zu begegnen, der doch wissen muss, dass der Mensch von allen Naturforschern unter die Fruchtesser gezählt wird, hat mich im höchsten Grade befremdet. Richtiger sollte es wohl lauten: Was für das Pferd der Hafer, ist für den Tiger das Fleisch, für den Menschen der Weizen, Roggen, die Hülsenfrüchte oder noch mehr die harten Früchte, Kastanien, Nüsse, Brodfrucht etc., auf deren Genuss schon die Mahlzähne des Menschen hinweisen und welche die Albuminate in concentrirter Form enthalten, als etwa die saftigen Früchte, Kirschen, Trauben, Birnen und die Gemüse, die, wie verschiedene Beispiele vorliegen, wohl zur Erhaltung des Lebens ausreichen, bei grösserer Muskelanstrengung aber kaum genügen dürften. So wenig aber Jemand auf den Einfall kommen wird, einem Pferde, mag es auch noch so ermattet sein, zur Kräftigung Fleisch zu geben, so wenig bedarf der Naturmensch solcher vermeintlicher, unnatürlicher Stärkung. Es ist überhaupt merkwürdig, dass unsere medicinischen Diätetiker gerade nur für den Menschen die Nothwendigkeit des Fleisches darzuthun sich bemühen, während, wenn sie consequent sein wollten, diese Nothwendigkeit bei allen Thieren eintreten müsste. Wenn der Soldat bei ausserordentlicher Anstrengung Fleisch-Nahrung bedarf, warum nicht auch das Reitpferd im Kriege oder auf der Rennbahn? Dass man aber fast alle Thiere so gut wie den Menschen an Fleisch gewöhnen

kann, wissen wir aus Erfahrung, man hat Pferde, Schafe etc. mit Fleisch gefüttert, und ich selbst kann ein solches Beispiel anführen. Auf der Besitzung meines Bruders in Böhmen wurde ein junger Hirsch gefangen, der bei der Familie des Försters sehr zahm geworden, selbst am Mittagstisch erschien, wo er alles Mögliche naschte, darunter auch Fleisch, welches er bald mit solcher Leidenschaft liebte, dass er es, wenn man nicht Acht gab, selbst aus dem Topfe holte; freilich ging er bald an einem Lungenübel zu Grunde. Anderseits sah ich auch einen jungen Hund, der Erdbeeren mit Begierde frass, einen anderen bei den Stachelbeer-Stauden naschen, dennoch aber bleibt der Hund von Natur Fleischesser, wie der Hirsch Grasfresser. Die Chemie kann überhaupt die Frage, welche Nahrung für ein Geschöpf, sei es nun Mensch oder Thier, die natürliche, somit die gesündeste sei, gar nicht entscheiden, die Chemie kann nicht einmal durch Analyse feststellen, ob eine Pflanze oder Frucht giftig sei, denn der Schierling hat dieselben Elemente wie andere Pflanzen, erst durch die Wirkung am lebenden Körper äussert sich das Gift. Ebenso wenig vermag die Chemie das Fleisch des Löwen von dem des Schafes oder Huhnes zu unterscheiden, da die chemische Zusammensetzung, wenigstens meines Wissens, bei allem Fleisch dieselbe ist; vom chemischen Standpunkte aus müsste daher das Fleisch für alle Thiere die angemessenste Nahrung sein, denn Fleisch macht wieder Fleisch, wie Prof. Bock sagt. Prof. Virchow hat daher sehr Recht, wenn er der Chemie Einseitigkeit zum Vorwurf macht. Der Nahrungswerth der Lebensmittel ist eben kein absoluter, der sich chemisch feststellen liesse, sondern er ist ein relativer; das Fleisch, das für den Löwen den höchsten Nahrungswerth hat, steht dagegen den Früchten bei den Menschen, dem Grase, wozu streng genommen auch die Getreidegattungen gehören, bei den

Grasfressern nach. Deshalb kann nur der Naturforscher und Anatom, der aus den Verdauungswerkzeugen, sogar aus dem Gerippe eines Thieres erkennt, ob dasselbe Fleisch-, Frucht- oder Grasfresser ist, über den jeweiligen Werth eines Nahrungsmittels entscheiden; das chemisch so gering geschätzte Gras liefert dem Stiere das Material zu den kräftigen Muskeln, die Früchte dem Gorilla die riesenhaften Kräfte, eine Erscheinung, die mit den chemischen Nahrungstheorien wahrlich schwer in Einklang zu bringen ist. Vom Standpunkt des Naturforschers aus, der allein der richtige ist, kann über die natürliche Nahrung des Menschen kein Zweifel bestehen; als Fruchtfresser müssen für ihn die Früchte und zwar die Baumfrüchte aller Gattungen, die alle im rohen Zustande wohlschmeckend, geniessbar sind, rücksichtlich des Nährwerthes in erster Reihe stehen. Die Körner, obwohl in unserem Himmelsstriche eine Hauptrolle spielend, möchte ich gleichwohl schon in zweite Reihe stellen, da Getreidearten doch nur Gräser höherer Gattung sind und schon künstlicher Zubereitung mittelst Feuer bedürfen, eben so wie die Gemüse. Endlich in dritter Reihe, wenn alle vegetabilische Nahrung mangelt, kommt das Fleisch, das höchstens zur Lebenserhaltung in verzweifelten Fällen dienen sollte, denn es hat jedenfalls für Frucht- und Grasfresser den geringsten Nahrungswerth, da man annehmen muss, dass die Natur nicht umsonst die Thiere so verschieden gestaltet und sie dadurch befähigt hat, auf ganz verschiedene Weise zu leben, man soll darum nicht den Tiger mit Früchten und Gras, noch den Hirsch mit Fleisch füttern, Hemmung in der Entwicklung und Lebensabkürzung muss jedenfalls die Folge davon sein. Die chemischen Analysen der Nahrungsmittel sind zwar recht interessant, scheinen mir aber für die Nahrungsfrage von geringem Werthe; sie erklären wohl viele Erscheinungen, verleiten aber sehr leicht

zu Trugschlüssen. Es wäre überhaupt traurig, wenn die Menschheit vergangener Jahrhunderte ohne Wegweiser geblieben wäre und erst Liebig und Consorten ihr Aufschluss geben müssten, wie sie sich nähren soll. Die Nahrungs-Frage war mit der Geburt des Menschen gelöst; wenn auch zeitweilig durch Noth und Umstände auf Abwege gedrängt, kehrt er immer zur Pflanzennahrung zurück, die von jeher die Nahrung der ungeheueren Mehrheit war und sein wird.

Graf Zedtwitz.

Welcherlei Geschirre sind zum Kochen am meisten zu empfehlen?

Von allen Geschirren, welche zum Kochen verwendet werden, sind selbstverständlich diejenigen die besten, welche am wenigsten durch die darin gekochten Flüssigkeiten angegriffen werden, und unter diesen stehen das ächte Porzellan und das Glas oben an, weshalb diese auch in den chemischen Laboratorien und Apotheken am meisten gebraucht werden. Es ist klar, dass Gefässe aus diesen Materialien, welche starken Säuren und vielen anderen ätzenden Stoffen Widerstand leisten, um so eher für den Gebrauch in der Küche geeignet sein müssen, da wir es hier und besonders in der vegetarischen Küche nicht mit so scharfen Stoffen wie in der Apotheke zu thun haben und höchstens säuerliche (Obst) und schwach alkalische (Hülsenfrüchte und Milch) Speisen, ausser den mehr indifferenten, darin gekocht werden.

Von dem Gebrauch gläserner Kochgefässe müssen wir in der Küche wohl absehen, weil starke Glasgefässe beim Erhitzen leicht springen, und dünne, welche die Hitze viel besser vertragen, viel zu zerbrechlich und theuer sind. Aechtes Porzellan dagegen hat so ausgezeichnete Eigenschaften in Bezug auf Unangreifbarkeit und Sauberkeit, dass, wäre nicht der hohe Preis ein Hinderniss, die allgemeine Einführung dieses Materials in der Küche unbedingt zu

empfehlen wäre. Der bedeutende Preis der Porzellangeschirre wirkt indess so stark, dass wir dieselben nur selten als Kochgeschirre für Speisen in Anwendung finden, während das gewöhnliche Töpferzeug, gusseiserne emaillierte Geschirre, so wie Weissblech- und Kupfergefässe sehr gewöhnlich sind. Hätte das feinere und gewöhnliche Steingut nicht die unangenehme Eigenschaft, leicht beim Erhitzen zu springen, so könnte es in gewisser Beziehung dem Porzellan an die Seite gestellt werden, obwohl es viel weniger fein und sauber aussieht; aber es besitzt eine sehr feste, unangreifbare, bleifreie Glasur, ist nicht porös wie das gewöhnliche Töpferzeug und die Fayencewaaren und ist bei diesen schätzenswerthen Eigenschaften sehr billig. Sehen wir also von Glas-, Porzellan- und Steingutgeschirren als zum Kochen von Speisen unpraktisch oder zu theuer ab und betrachten die gebräuchlichsten Gefässe und deren Natur ein wenig genauer, so sind es hauptsächlich zwei Punkte, welche unsere Aufmerksamkeit in Anspruch nehmen, nämlich die mögliche Vergiftung der Speisen durch die Gefässe und die bei manchen Geschirren nicht zu umgehende Unsauberkeit.

Das gewöhnliche Töpfergeschirr (und auch die Fayence) besteht aus einer porösen, weissen oder gefärbten Thonmasse, welche, um das Eindringen und Durchlassen von Flüssigkeiten zu verhindern, mit einem glasähnlichen, nicht porösen Ueberzuge, der Glasur, versehen ist. Die Glasur ist es nun, welche uns hier besonders interessirt, denn da sehr viele, ja vielleicht die meisten Glasuren Bleigläser (Verbindungen des Bleioxyds mit Kiesel- oder Thonerde) sind oder enthalten, so liegt die Befürchtung, dass in glasirtem Töpferzeug bereitete Speisen durch Aufnahme von Blei vergiftet werden können, nicht so fern. In der That hat es sich auch gezeigt, dass gewisse Speisen beim Kochen in manchen blei-glasirten Thongefässen Blei aufnehmen, wodurch sie natürlich giftig oder doch

wenigstens nachtheilig für die Gesundheit werden. Es mag wohl auch manches kleinere oder grössere Unwohlsein schon durch den Genuss solcher bleihaltigen Speisen erzeugt worden sein, ohne dass die Betreffenden eine Ahnung von der Ursache gehabt haben. Die ganze Sache sieht indess viel schlimmer aus, als sie in Wirklichkeit ist, und es sind in den 600 Jahren, seit welcher Zeit die bleihaltige Töpferglasur im Gebrauch ist, nur sehr wenig Fälle zur allgemeinen Kenntniss gekommen, wo auf diese Weise Blei in den menschlichen Körper eingeführt worden ist und merkbare Nachteile hervorgerufen hat. Ein Angreifen der Glasur kann nur bei sauren, stark salzigen und fetten Speisen stattfinden, und auch dann nur, wenn in der Glasur das Bleioxyd im Verhältniss zur Kiesel- und Thonerde sehr überwiegend ist und wenn die Glasur bei zu geringer Hitze und schlecht eingebrannt wurde. Das Letztere geschieht allerdings nicht gerade selten, denn die bleireichen Glasuren schmelzen bei viel niedrigerer Temperatur als die bleiarmeren und sind deshalb manchen Töpfern sehr willkommen, weil dabei viel Brennmaterial gespart wird; manchmal nöthigt auch die gerade am Orte vorkommende, leichter schmelzende Thonart den Töpfer, die Glasur durch grösseren Bleiglätte-Zusatz leichtflüssiger zu machen. Wird eine solche Glasur noch dazu ungenügend eingebrannt, so ist freilich die Gefahr vorhanden, dass scharfe und fette Speisen beim Kochen in so glasirtem Geschirr durch Bleiaufnahme giftig werden. Solche bleireiche und leicht schmelzbare Glasur ist indess auch sehr weich und wird leicht beim Reinigen der Gefässe oder mit dem Messer verkratzt, also dadurch schon verdächtig und den Töpfer nicht empfehlend, da diese Gefässe leicht blind, unansehnlich und unsauber werden. Gute, nicht zu bleireiche und bei starker Hitze geschmolzene Glasuren sind viel härter und werden von keiner Speise, selbst nicht von kochendem

Essig angegriffen; sie sind deshalb auch vollkommen ungefährlich. Absolut unlöslich selbst in reinem destillirten Wasser und zwar in solchem und schwach alkalischem mehr als in dem gewöhnlichen Brunnenwasser, ist übrigens keine Glasur und keine Glasart; es werden indess nur so geringe Spuren gelöst, dass eine lange Einwirkung und genaue Wägungen dazu nöthig sind, um dies überhaupt wahrzunehmen. Genau gewogene Flaschen, welche lange Zeit hindurch für destillirtes Wasser gedient haben, zeigen bei späteren Wägungen eine merkliche Abnahme des ursprünglichen Gewichts. Es darf aber auch nicht unerwähnt bleiben, dass seit den ältesten Zeiten an manchen Orten, wo es die gerade vorhandenen Materialien gestatten, auch schon immer Töpfergeschirre mit bleifreien Glasuren hergestellt wurden und dass besonders in neuerer Zeit sich das Bestreben kund giebt, die Bleiglasuren mehr und mehr abzuschaffen.

Wenn man sich genau von der Schädlichkeit resp. Unschädlichkeit einer Glasur überzeugen will, so koche man in dem zu untersuchenden Gefässe etwa 2 Stunden lang scharfen Essig, lasse ihn erkalten, fülle ihn in ein farbloses Glas und lasse absetzen; ist die Flüssigkeit ganz klar geworden, so setze man einige Tropfen Schwefelwasserstoffwasser zu und beobachte, ob sich die Flüssigkeit trübt. Ist Blei aufgelöst worden, so entsteht bei wenig eine braune Trübung, bei viel ein braunschwarzer Niederschlag; zugesetzte Schwefelsäure giebt eine weisse, Jodkalium eine gelbe Trübung oder Niederschlag. Bleibt die Flüssigkeit hell und klar, so ist kein Blei in Lösung gegangen. Ist nun aber wirklich Blei nachgewiesen, so hat ein so mit Essig ausgekochtes Gefäss seine Schädlichkeit in der Regel für die Folge ganz verloren, indem es alles auflösbare Blei an den Essig abgab.

Ein anderer Uebelstand manchen Töpferzeuges grober oder feiner Sorte

ist das Rissigwerden der Glasur, wodurch solche Gefässe die Eigenschaft erhalten, Flüssigkeiten und Fett einzusaugen, also nicht vollständig gereinigt werden können. Hätten die Hausfrauen Begriff von chemischer Reinheit oder chemischer Reinlichkeit, so würden sie solche Geschirre als unsauber und unappetitlich unbedingt verwerfen, denn es ist klar, dass z. B. Milch sich in Gefässen mit rissiger Glasur niemals halten kann, sondern sehr bald verderben muss; dies gilt natürlich mehr oder minder von allen übrigen Speisen. Es zeigt sich hier recht deutlich die bedeutend grössere Sauberkeit des ächten Porzellans und Glases, welche niemals rissig werden und viel härter sind als Töpferbleiglasur. Die Risse in der Glasur des Töpferzeugs sind oft so fein, dass sie mit blossen Auge nicht erkennbar sind. Alles, was hier von der Glasur der Töpfergeschirre gesagt ist, gilt auch von der Emaille der Gusseisen- und Blechgeschirre; das Rissigwerden kommt bei diesen übrigens viel öfter vor und ist schwer zu vermeiden, weil Metall sich in der Hitze viel stärker ausdehnt als das Emailglas. Die grössere Haltbarkeit und das leichtere Kochen in diesen Gefässen hat denselben, trotz der genannten Uebelstände, übrigens die grosse Verbreitung verschafft. Ausser den Gusseisengefässen sind noch die Weissblech-, Kupfer-, Messing- und Neusilbergeschirre zu betrachten. Sind diese Geschirre mit englischem bleifreiem Zinn gut verzinnt, so sind dieselben als durchaus unschädlich und sehr praktisch zu empfehlen, denn gutes Zinn wird von keiner Fruchtsäure, selbst nicht von kochendem Essig und auch nicht von heissem Fett angegriffen. Unreines Zinn, welches Blei, Antimon, Wismuth, ja selbst Arsen enthält, ist unsicher, und wenn die genannten Metalle in erheblicher Menge darin vorkommen, in hohem Grade gefährlich, viel gefährlicher als das schlechteste Töpferzeug. Die

Probe, ob lösliches Blei oder andere leicht oxydirbare Metalle vorhanden sind, wird wie oben beim Töpferzeug mit kochendem Essig und späterem Zusatz von Schwefelwasserstoffwasser gemacht.

Unverzinntes Kupfer-, Neusilber- oder Messinggeschirr ist so lange ungefährlich, als dasselbe vollständig blank gescheuert angewendet, recht schnell benutzt und wieder gereinigt wird, denn die in Speisen vorkommenden Säuren oder Salze lösen nur bei Luftzutritt Kupfer auf, dann aber auch in nicht unbedeutender Menge. So lange die Flüssigkeit kocht und der Dampf den Sauerstoff abhält, bleibt das Kupfer unangegriffen. Messing und schlechtes Neusilber werden noch leichter oxydirt. Die Gefahr der Speis Vergiftung durch letztgenannte Gefässe ist nicht gering, weshalb man sie lieber, wo es thunlich, nicht anwenden sollte. Zinkgeräthe sind zur Speisbereitung unter allen Umständen zu verwerfen.

Man hat also die Wahl zwischen ächtem Porzellangeschirr als dem besten aber theuersten, gut gebranntem, mit harter, glänzender und rissefreier Glasur versehenem Töpferzeug (oder Gusseisen) und mit gutem Zinn stark verzinnten Eisen- und Kupferblechgefässen.

L. B.

Parchwitz, Schlesien.

Geehrter Herr! Der Zweck dieses Briefes ist, mich Ihnen als thatsächlichen Vegetarianer vorzustellen und meinen Beitritt zu dem Vereine anzumelden. Es sollte dies längst geschehen, allein ich bin eine zu praktische Natur, um etwas zu beeilen, und musste daher erst gründlich überlegen und, wie Sie sehen werden, auch experimentiren, ehe ich sagen konnte: Ich bin der Ihrige mit Leib und Seele. Jetzt kann ich das nun mit voller Ueberzeugung sagen, denn so vorsichtig und mit mancherlei Zweifeln ich auch die Lebensweise begann, so haben doch Belehrung,

eigenes Nachdenken und Erfahrung am eigenen Körper alle Zweifel gehoben und ohne Bedenken stimme ich dem Ausspruche bei, dass die Menschheit nur auf diesem Wege aus der Versumpfung, in der sie sich jetzt befindet und in die sie immer tiefer und tiefer versinkt, erhoben werden kann.

Leider wird es sehr lange dauern, und es werden Generationen darüber hingehen, ehe diese Erkenntniss sich Bahn bricht, denn die Genusssucht ist zu allgemein und die Charakterschwäche zu gross. Glauben Sie mir, ich behaupte nicht zu viel. Ich lebe mitten darin im Volke, meine Stellung bringt mich in nahe Berührung mit allen Klassen der Gesellschaft und ich habe Gelegenheit im Ueberfluss, Beobachtungen anzustellen. Aber was ich sehe, ist trostlos genug, um fast den Muth zu verlieren. Alles wird beherrscht von dem Streben nach materiellem Genusse und mit Hohn und Spott sieht man auf Den herab, der den entgegengesetzten Bestrebungen huldigt. Merkwürdigerweise ist gerade in den kleinen Städten die Genusssucht am stärksten und Empfänglichkeit für geistiges Leben fast gar nicht vorhanden; der Bauch-Cultus steht in vollster Blüthe, und wer nicht mit den Wölfen heult, der wird verlacht und — gemieden. Ich war im Laufe dieses Sommers genöthigt, vier Wochen lang im Gasthofs Mittags zu essen, ich kam da fast täglich mit Fremden zusammen und Jeder sah mit Verwunderung auf meine einfachen Speisen. Das gab natürlich zu Fragen und Antworten Veranlassung, die das Wesen des Vegetarianismus stark berührten, allein es ist mir auch nicht ein einziger Fall vorgekommen, wo Empfänglichkeit oder auch nur Verständniss für denselben gezeigt worden wäre; man zuckte die Achseln und wenn man sich vor einer spöttischen Bemerkung scheute, dann nannte man es einfach eine ephemere Erscheinung, die sich bald wieder verlieren würde und verlieren müsste.

Wo aber wirklich Empfänglichkeit sich zeigt, da tritt auch sofort ein wesentliches Hinderniss der praktischen Ausführung entgegen. Und dieses Hinderniss sind die Frauen. Rücksichtslos und mit allen Mitteln, die ihnen zu Gebote stehen, leisten sie Widerstand, und es bedarf der ganzen Energie des Mannes und eines eisernen Willens, um in den Stürmen, die über ihn hereinbrechen, nicht wankend zu werden. Merkwürdig! Grade das von der Natur am zartesten besaitete Geschlecht lacht darüber, wenn man vom Mitleid für die Schlachthiere spricht, wenn man ihnen die grässlichen Scenen des Thiermordes schildert. Die Thiere sind dazu da, heisst es wie aus einem Munde, und Frauen etwas auszureden, was sie von Kindheit an gehört haben und worin sie noch fortdauernd von allen Seiten bestärkt werden, ist vollständig unmöglich. Ist das nicht eine höchst betrübende Erscheinung? Glauben Sie mir: der Vegetarianismus wird nicht eher lebenskräftig werden und sich stark ausbreiten zum mächtigen Baum, als bis er von den Lehrstühlen der Wissenschaft herab gepredigt wird und bis die Aerzte, diese leiblichen Seelsorger der Menschheit, ihn verordnen. Und auch dann wird er noch langsame Fortschritte — wenn auch schnellere wie jetzt — machen, man wird ihn in den meisten Fällen nur als Cur gebrauchen und wieder fallen lassen, wenn es besser geht. Die Genusssucht ist eben zu tief eingewurzelt, der Bauchcultus zu verführerisch und die Charakterschwäche zu gross.

Welchen sonderbaren, ja oft sehr einfältigen Einwürfen man begegnet, ist wirklich erstaunlich. Das Alberne aber, was man hören kann, wurde mir von einem Seifensieder in G. erwidert. Ich war bei ihm zu Gaste und meine Weigerung, Fleisch und Fleischbrühe zu geniessen, brachte die Rede auf den Vegetarianismus, wobei ich ihm erklärte, dass der Mensch kein Recht habe, das

Thier zum Zwecke des Fleischgenusses zu tödten, da wir das Fleisch nicht zu unserer Existenz brauchten u. s. w. Er wusste mir nicht viel zu erwidern, überlegte sich aber und als ich einige Tage darauf wieder zu ihm kam, erklärte er mir mit triumphirender Miene: sehen Sie, wenn wir das Thier nicht tödten dürften, so würde uns Gott daran verhindern. Ich war für den Augenblick ganz consternirt von solchem frommen Blödsinn, es war aber natürlich nichts leichter, als ihn mit seinen eigenen Waffen zu schlagen. Sehr häufig wird die natürliche Lebensweise als Cur aufgefasst und da lässt man sie allenfalls in einzelnen Fällen gelten, sobald man sie aber als die Lebensnorm für jeden Menschen hinstellt, dann hört die Gemüthlichkeit auf. Ich besuchte auf meiner diesjährigen Ferienreise einen Verwandten in H., der sich ebenfalls sehr für den Vegetarianismus interessirte und sein lebhafter Vertheidiger war. In einem öffentlichen Garten kam mehrfach vor zahlreicher Gesellschaft die Rede darauf, aber ich habe auch hier nicht eine Stimme gehört, die sich dafür ausgesprochen hätte. Keiner der Gründe und Beweise, die wir anführten, fand Eingang, ja der Rector einer höheren Lehranstalt bestritt allen Ernstes und mit grossem Eifer die Theorie vom Instinkte des Menschen und behauptete, blos das Thier habe Instinkt und man stelle den Menschen dem Thiere gleich, wenn man auch ihm Instinkt zuschreibe (!). Er war nicht zu belehren und wurde zuletzt so heftig, dass ich die Debatte abbrechen musste.

Mein Eintritt in die natürliche Lebensweise hatte vorerst nur den Zweck, einen Versuch zu machen, wie dieselbe auf meinen Organismus wirken würde. Das sind jetzt volle 10 Monate. Der Versuch ist gemacht und die Wirkungen sind nicht ausgeblieben. Ich habe seit meiner Kindheit an heftigen nervösen Kopfschmerzen gelitten, wozu sich seit

einigen Jahren auch noch rheumatische Schmerzen gesellten. Dieselben verliessen mich selten und traten oft so stark auf, dass ich Tage lang zur Arbeit ganz unfähig war. Sie hatten ihre Ursache hauptsächlich in einem starken Blutan- drange nach dem Kopfe, und dieser war deshalb stets glühend heiss. Dabei fühlte ich häufig, namentlich des Morgens bald nach dem Aufstehen, eine Schwere und Mattigkeit in den Gliedern und eine geistige Abspannung und Unlust zur Arbeit, dass ich mir oft grossen Zwang anthun musste, um nur meine täglichen Geschäfte nothdürftig zu versehen. Seitdem ich aber meinen Körper an die Pflanzenkost gewöhnt habe, ist der Blutan- drang nach dem Kopfe und in Folge dessen auch der hiervon herrührende Kopfschmerz geschwunden, die Wärme des Kopfes geht nicht über das normale Maass hinaus, und während ich bisher stets 3 auch 4 Kopfkissen haben musste, genügen mir jetzt deren 2 vollständig. Mein Schlaf ist ruhig und nicht mehr von den früheren aufregenden Träumen durchwoben; ich schlafe sofort ein und wache erst zu der Stunde auf, wo ich gewöhnt bin, aufzustehen. An Geist und Körper gestärkt und frisch und munter gehe ich an meine Arbeit, und Nichts ist mehr von Mattigkeit, von Schwere in den Gliedern und geistiger Abspannung zu merken. Meine rheumatischen Schmerzen zwar in Kopf und Gesicht sind hartnäckig und wollen noch immer nicht weichen, aber sie treten jetzt wenigstens nicht mehr in der früheren Heftigkeit auf und ich hoffe, dass auch sie sich nach und nach verlieren werden.

Kann ich mit diesen Resultaten nicht zufrieden sein? Ja, ich bin es vollständig, und der Vegetarianismus findet an mir seinen eifrigsten Apostel. Wo sich nur irgend die Gelegenheit bietet, da predige und vertheidige ich ihn laut und offen und dem Blödsinn und Un- verstande, den man häufig genug bei solchen Debatten zu bekämpfen hat, trete ich rücksichtslos entgegen. Von dem

Grundsätze ausgehend, dass, wer etwas für gut erkannt hat, verpflichtet ist, dies Gute seinen Nebenmenschen nicht vorzuenthalten, sondern es ihnen mit allen seinen Vortheilen bekannt zu machen, lasse ich mich durch Nichts abschrecken und verfolge offen und frei meinen Weg.

So nehmen Sie mich denn auf in den Verein.
Ihr ergebenster
Enderling.

~~~~~  
Sehr geehrter Herr!

Einer meiner hiesigen Bekannten, Herr Regierungs-Canzlist Overberg, litt seit langen Jahren an Schreib- und Kopfkampf, und zwar in so hohem Grade, dass er mitunter wochenlang ganz dienstunfähig war. Alle dagegen von den Aerzten seit länger als sechs Jahren verordneten Mittel, unter anderen Electrisiren und im Schlachthause wöchentlich mehrmals in Anwendung gebrachte warme Fleischbäder bei der kranken Hand, blieben ohne Erfolg und wurde hierdurch nicht einmal die geringste Linderung erzielt. Einer der Herren Aerzte hat ihm zuletzt sogar keinen besseren Rath zu geben gewusst, als den, er möge sein Amt aufgeben; dies ist aber ein sehr schlechter Trost für Denjenigen, der darauf angewiesen ist, sein Brod mit der Feder zu verdienen. Da Herr Overberg nun nach einem solchen Bescheide befürchten musste, völlig dienstunfähig zu werden, so sagte ich ihm, dass, so lange er bei seiner bisher gewohnten Lebensweise bleibe, er nie — wie er bereits erfahren — eine Linderung oder Besserung seines Leidens zu hoffen habe, und rieth ihm, sich aller und jeder Fleischnahrung, sowie aller aufregenden Getränke, namentlich des Caffee's und Thee's zu enthalten, und gab ihm die bezüglichen vegetarianischen Schriften von Baltzer, Hahn, Struve u. s. w. zum Durchlesen. Jetzt, nachdem er über ein halbes Jahr der blutigen Diät gänzlich entsagt und nur von Milch, Gra-

hambrod und Vegetabilien gelebt hat, ist seit acht Wochen der Schreib- und Kopfkampf verschwunden, und versicherte er mir, dass er nicht das Geringste mehr von seinen früheren Leiden verspüre, wie neu geboren sei und sich früher nie so wohl gefühlt habe, als jetzt bei der so einfachen Diät.

Auch meine Frau hatte viele Jahre alle 3—4 Wochen an wiederkehrenden sehr heftigen Schwindel- und Kopfschmerzen, verbunden mit Uebelkeit und Erbrechen, zu leiden, so dass sie alsdann 2—3 Tage in einem regungslosen Zustande mit geschlossenen Augen blieb, das Bett nicht verlassen und nicht die geringste Nahrung zu sich nehmen konnte, da sie Alles anekelte. Nachdem sie aber seit längerer Zeit zur naturgemässen Diät übergegangen ist, sind ihre früheren Leiden gänzlich beseitigt und befindet sie sich jetzt ganz gesund und wohl.

Ich halte diese beiden Fälle für so wichtig, dass ich Sie bitte, ihnen im Vereins-Blatte einen Raum freundlichst gönnen zu wollen.

Hochachtungsvoller Gruss!

F. Hecker.

Ehrenfeld bei Köln,  
den 17. Januar 1870.

### Sommeraufenthalt.

Wer in schöner Gegend sich erholen, in vegetarianischer Kost bei Gesinnungsgenossen einige Zeit leben, Sool- oder Süßwasser-Bad brauchen will, hat dazu Gelegenheit in Schlossheldrungen (in der goldenen Aue) und ist ersucht, sich rechtzeitig brieflich an Herrn W. Walter daselbst zu wenden.

Aus Oesterreich wird unsere neu-liche Correspondenz (S. 252) in politischer Hinsicht scharf getadelt. Ich bin der Meinung unser Blatt hat keine politische Tendenzen, sondern vegetarische. Ich trug daher kein Bedenken eine Correspondenz aufzunehmen, die wesentlich vegetarianisch ist, zwischendurch allerdings politisch gefärbt. Ebenso konnte eine vegetarische Correspondenz gelegentlich ein dogmatisches Vehikel haben, das sich nicht trennen lässt, ohne die erstere zu verhunzen. Ich bitte die Correspondenten dergleichen möglichst zu vermeiden, und die Leser in dieser Beziehung duldsam zu sein, wie wir es ja in der wirklichen Welt auch sein müssen. Ed. Baltzer.

**Gesuch.** Ein Vegetarianer, Handwerker, Vater von 3 Kindern, sucht eine veget. Wirthschafterin. Näheres d. d. Redaktion.

### An die Vereinsgenossen.

1) In Voraussetzung, dass die Vereinsgenossen es richtig finden, den Vereinstag in immer anderer Gegend zu legen, und um den Gesinnungsgenossen in der Schweiz entgegen zu kommen, laden wir hierdurch, im Einverständnis mit unsern dortigen Freunden, zum Vereinstag nach Freiburg in Baden ein und zwar, nach Beschluss des letzten Vereinstages, auf einen Tag der Pfingstwoche. Näheres in nächster Nummer.

2) Anträge zum Vereinstag erbitten wir uns bis spätestens Mitte März. Siehe § 6 des Statuts.

**Der Vorstand** d. deut. Ver. f. naturgem. Lebensw.

Beigetreten: Lehrer J. Ph. Steinberg, Norden; Herr Conr. Lenoir, Wien; Herr Brinik, Sen. M. Gladbach; C. Wilh. Wilke, Fabrikant, Guben; Aug. Enderling, Stdt.-Ger.-Secr. Parchwitz; T. S. Gottschalk, Cöln. Zur Kasse: Hr. Podr., Kr. und Dz. in Prag, 3 Thlr., L. H. in Mex. 1 Thlr., St. in N. 1 Thlr., L. in N. 1 Thlr., A. Kr. in P. 1 Thlr., T. S. G. in C. 1 Thlr., zum Waisenfond H. in A. 5 Sgr., A. Kl. in N. 1 Thlr.; Br. sen. in M. Gl. 1 Thlr.; C. W. W. in G. 2 Thlr.

Selbstverlag des Herausgebers **Eduard Baltzer** in Nordhausen.

In Commission bei **Ferd. Förstemann** daselbst.

Druck von **Th. Müller** in Nordhausen.

**Nächste Nummer erscheint Anfang April.**

# Vereins-Blatt

## für Freunde

### der natürlichen Lebensweise

(Vegetarianer).

N<sup>o</sup> 18.

Nordhausen, den 4. April

1870.

Die Aerzte krankten in ihrer grossen Mehrzahl dem Wassergebrauche gegenüber an einer Systemsucht, welche nur zu häufig die Patienten, welche noch zu retten waren, dem Tode überliefert; an einer Krankheit aber sterben zu müssen, an welcher ein Anderer leidet, ist doch eine etwas unbillige Zumuthung.

Sanitätsrath Dr. Frenkel.

(Protocoll des ärztl. Congresses in Leipzig 1869 S. 18.)

### Literarische Unterhaltung.

I. Der Vereinstag vom 19. Mai 1869 hatte in seiner Majorität es passend gefunden, an die Lehrstühle für Physiologie deutscher Universitäten, unter Beifügung vegetarianischer Drucksachen eine Zuschrift zu richten, welche den Zweck hatte, die Aufmerksamkeit auf den Vegetarianismus zu richten. Auf diese Zuschriften erfolgte eine einzige Antwort, und zwar vom Professor Dr. Aubert in Rostock. Sie lautet wie folgt:

„Dem verehrl. Vorstände des Deutschen Vereins für naturgemässe Lebensweise erwidere ich auf sein gefälliges Anschreiben, dass mir die ganze Angelegenheit des Vegetarianismus für die Physiologie kein Interesse zu haben scheint.

Es ist von der Chemie und Physiologie nachgewiesen,

1. dass in den Vegetabilien stickstoffhaltige und stickstofffreie Substanzen, desgleichen die übrigen Materialien enthalten sind, deren der menschliche Körper zu seiner Erhaltung sowohl, wie zu seinem Wachstum bedarf,
2. dass er diese Substanzen durch seine Verdauungssäfte in einen resorbirbaren Zustand zu bringen im Stande ist,

3. dass überhaupt viel mehr verzehrt wird, als zur Bestreitung der Ausgaben und zum Wiederersatz der Kräfte nothwendig ist,
4. dass ausschliessliche Fleischnahrung unzweckmässig für den Körper ist und mindestens noch Fett zugefügt werden muss.

Wenn also Jemand ausschliesslich Pflanzenkost zu geniessen beschliesst, so finde ich keine Veranlassung, ihn daran zu hindern.

Die vergleichende Anatomie weist ferner nach, dass der Verdauungsapparat des Menschen etwa in der Mitte steht zwischen dem der Pflanzenfresser und dem der Raubthiere.

Nicht nachgewiesen ist dagegen, dass die gemischte Nahrung, wie sie bei den cultivirten Völkern im Gebrauch ist, an sich ungesund sei. Sämmtliche Krankheiten von dem Fleischgenuss abzuleiten, wäre Unsinn.

Ich finde daher keine Veranlassung, dem Menschen zur Enthaltung der Fleischkost zu rathen.

Endlich gehört die Frage, ob Pflanzenkost wohlfeiler ist als Fleischkost, nicht in die Physiologie, sondern in die Nationalökonomie, nach deren Grundsätzen jedes Eingreifen in die Regulierung von Consumption und Production schädlich wirkt.

Vom physiologischen Standpunkte halte ich daher den Verein der Vegetarianer für gleichgültig, als Mensch denke ich: chacun à son goût, und kann mich daher für die Bestrebungen des Vereins nicht weiter interessiren.

Ergebenst

Dr. Aubert,  
Professor der Physiologie und vergl. Anatomie an der Universität Rostock.

Eine eingehende Kritik dieser Thesen den Männern vom Fach empfehlend, bemerken wir hierzu nur Folgendes.

a. Die Sätze des Herrn Prof. Aubert 1—4 sprechen in der Hauptsache für den Vegetarianismus, daher Herr Aubert auch nicht vom Vegetarianismus abräth, wenn Jemand ihn vorzieht.

b. Wenn Herr Aubert sagt, dass nicht nachgewiesen sei, dass der Genuss von Fleisch ungesund sei, so ist damit schwer zu vereinen,

- α) dass im Fleisch Gifte enthalten sind, die als solche auf den Menschen notorisch wirken;
- β) dass die Aerzte übereinstimmend bei gewissen schweren Erkrankungen die Fleischkost verbieten und die Pflanzenkost einführen;
- γ) dass zwar nicht „sämmliche“ Krankheiten vom Fleischgenuss herrühren (diesen „Unsinn“ hat wenigstens der Vegetarianismus nicht behauptet), dass aber die ärztliche Wissenschaft selbst viele Krankheiten vom Fleischgenuss herleitet. cf. Reich, Ursachen der Krankheiten. — Hiernach dürfte die vorliegende Frage mindestens eine offene und es für die Physiologie von Interesse sein, zu beobachten, welche Ergebnisse die vegetarianischen Thatsachen in dieser Beziehung liefern.

c. Zu bedauern bleibt, dass der Herr Professor Aubert den Satz, „die vergleichende Anatomie weise ferner nach, dass der Verdauungsapparat des Menschen etwa in der Mitte steht zwischen dem Pflanzenfresser und dem Raub-

thiere“, nicht weiter aufgeschlossen hat. Der Vegetarianer giebt diesen Satz gern zu. Aber was folgt daraus?

Herr Aubert folgert ohne Zweifel: „also ist der Mensch zur gemischten Kost bestimmt.“ Wir folgern: also ist der Mensch weder Pflanzenfresser noch Fleischfresser. Wer von beiden dabei den logischen Fehler begeht, ist nicht schwer zu sehen. Um aber positiv zu sagen, wozu der Mensch seiner diesbezüglichen Anlage nach bestimmt sei, bedurfte es eben ein näheres Eingehen auf den Inhalt obigen Satzes in seinem Zusammenhange mit dem menschlichen Gesamtorganismus, wo sich dann aber leicht zeigt, dass der Mensch weder Fleisch- noch Pflanzenfresser, sondern Fruchtesser ist. cf. Huxley: Die Stellung des Menschen etc.

d. Mit Recht sagt Herr Aubert, dass die Frage über Wohlfeilheit etc. in die Nationalökonomie gehöre; mit Recht scheint er auch den Satz zu billigen, dass der Staat nicht in die Consumfrage einzugreifen habe; auffallen aber muss es, dass er den Satz zu billigen scheint, dass die Nationalökonomie als solche in keinerlei Weise in die Regulirung der Consumtion einzugreifen habe. Die einzige Weise, von der hier überhaupt die Rede sein kann, ist doch die, die wissenschaftliche Erkenntniss über Heilsamkeit oder Schädlichkeit aufzuschliessen. Aus welchem Grunde müsste die Nationalökonomie darauf verzichten z. B. statistisch nachzuweisen, dass ein gegebenes Volk unter gegebenen Verhältnissen beim Carnivorismus umkommen muss, beim Vegetarianismus gedeihen kann?? Näheres in Baltzer, Reform der Volkswirtschaft S. 7 ff. Carey, National-Oekonomie S. 20, 25, 466, 206 u. a.

e. Von den Einflüssen, welchen der Carnivorismus im Gegensatz zum Vegetarianismus, auf die gesammte Physis des Menschen und der Völker hat, auf ihr Seelenleben, ihr Denkvermögen, ihre Leidenschaften, ihre Sitten, ihre

Aesthetik, kurz auf ihr Gesamtdasein und Schicksal, davon hat der Herr Professor zur Zeit nicht Notiz genommen, und dürfen wir hoffen, dass ihm künftig die Geschichte des Vegetarianismus noch ein physiologisches Interesse abgewinnen wird.

II. Im Gegensatz zum Vertreter der Physiologie an der Rostocker Universität, hat schon Virchow hohes Interesse an der vegetarianischen Frage durch seine Schrift über „Nahrungs- und Genussmittel“ bewiesen, wie ich in meinen „Briefen an Virchow“ des Weiteren erörtert habe. Es ist erfreulich zu sehen, wie das Interesse der Wissenschaft und ihrer Vertreter an diesem Gegenstande wächst. Auf Dr. Kléncke's Schriftchen (siehe S. 160) zurückzukommen, frommt nicht, denn sie ist eine flüchtige oratio pro domo, ohne die Sache in irgend einem Punkte zu fördern.

Dagegen findet sich im 5. Bde., 4. Hft. der Münchener Zeitschrift für Biologie von v. Buhl, Pettenkofer und Voit eine grössere Abhandlung von Dr. Krieger, practischer Arzt in St. Ingbert, die für uns hohes Interesse hat. Sie führt den Titel:

Untersuchungen und Beobachtungen über die Entstehung von entzündlichen und fieberhaften Krankheiten, von Dr. Krieger; dieselbe wird noch fortgesetzt, ist auch im Separatabdruck vorhanden.

Herr Dr. Krieger hat sich durch die Thatsache, „dass kein Zweig unseres Wissens so weit zurückgeblieben ist, als derjenige, welcher sich mit der Entstehung der Krankheiten beschäftigt“ (!) bestimmen lassen, seinem Thema ein eingehendes Studium zu widmen. Er findet, dass die Störungen der allgemeinen oder lokalen Wärmeökonomie unseres Körpers und die Durchtränkung desselben oder einzelner Gewebstheile mit Wasser die Ausgangspunkte vieler Krankheitsformen sind. Ferner geht er von dem von uns stetig festgehaltenen Grundsatz aus, dass zwar höchst geringe

aber stete (stetig störend einwirkende) Schädlichkeiten durch ihre Cumulirung dieselben Resultate hervorbringen, wie eine kurze aber heftige Einwirkung derselben Art (S. 477). Folgt nun ein tiefes Eingehen in die Eigenwärme des menschlichen Körpers, welche zugleich Vorstudien zu einer Hydro- und Thermpathogenese sind, auf die Erzeugung derselben durch das, was wir unserm Körper zuführen oder ableiten, und ist schon hier ersichtlich, dass diese Abhandlungen auf das tiefste in die Physiologie eingreifen, d. h. in alle die Fragen, deren praktische Zusammenfassung im wirklichen Leben der Vegetarianismus ist. Es ist nicht dieses Orts, diese umfassenden Arbeiten — zumal sie noch nicht vollständig vorliegen — im Einzelnen zu verfolgen. Wir wollen nur Einiges als Symptome hervorheben.

Höchst interessant sind uns die Beobachtungen über Warm- und Kalt-Essen und Trinken. Uns hat das Viel-Wasser-Trinken, das dem Carnivoren ganz nothwendig war, immer instinktwidrig geschienen, seit wir Vegetarianer geworden. Hier werden nun die calorischen Wirkungen der Speisen und Getränke näher untersucht und das Ergebniss lässt sich z. B. in den Worten erkennen (S. 497): „Das instinktive Bedürfniss, unsern Magen abzukühlen, bringt uns dazu, kalte Flüssigkeiten im Uebermass zu uns zu nehmen. Daher diese Gier nach kalten Getränken, welche, nach der kosmopolitischen Anerkennung des Biers zu schliessen, fast überall und gleichzeitig mit dem grösseren Caffé- und Thee-Consum zuzunehmen scheint. Bekanntlich nehmen Thiere im freien Zustande nur wenig Wasser zu sich; das excessive Trinken ist Privilegium und Specialität des Menschengeschlechts, und hängt mit der Gewohnheit warm zu essen zusammen.“ Weiterhin gelangt er zu dem Resultate, dass unsere Verdauungsorgane, um gesund zu bleiben, eines gewissen Grades mittlerer Abkühlung bedürfen; und dass die Menge der Flüssig-

keit durchaus nicht gleichgültig für den gesunden und kranken Körper ist, und um so schädlicher wird, je heisser sie aufgenommen wird und in das Gefäßsystem des Körpers also um so rascher übergeht. „Ich stehe nicht an, auszusprechen, dass Temperatur und Wassergehalt unserer Nahrung, soweit meine Beobachtungen reichen, von nicht zu unterschätzender, vielleicht von noch grösserer Bedeutung auf die Entstehung von Krankheiten sind, als die chemische Beschaffenheit derselben, — wiederhole aber: ohne den Einfluss und die Bedeutung dieser zu verkennen oder zu leugnen. Eine grössere Anzahl von Beobachtungen macht es mir mehr als wahrscheinlich, dass Erkrankungen des Darmcanals, der Leber, des Circulationsapparats, der Nieren, des Gehirns, und endlich eine Anzahl der Erkrankungen der Haut in genetischem Zusammenhange mit der Quantität der aufgenommenen Flüssigkeit, und endlich, dass auch bei der Entstehung von andern entzündlichen und fieberhaften Erkrankungen die Durchfeuchtung unseres Körpers und einzelner Gewebstheile ein sehr zu berücksichtigendes Moment ist. Pettenkofer war der Einzige, der bis jetzt auf den grösseren Wassergehalt des Körpers und der Organe als ein disponirendes Moment auf die Entstehung der Cholera aufmerksam machte.“

Ebenso wird dann die Wärmeökonomie bezüglich der Haut als Vermittlerin eingehend erörtert und gezeigt, wie durch sie ebenfalls Wohl und Wehe des Organismus bestimmt wird. Allen, die wissenschaftliche Erörterung dieser Dinge lieben, seien diese Abhandlungen dringend empfohlen. Nach Erscheinen der Fortsetzung hoffen wir darauf zurückkommen zu können. Herr Dr. Krieger ist nicht Vegetarianer, um so mehr freut es uns, von ihm Grundsätze vertreten und erwiesen zu sehen, welche ganz die unsern sind, und er selbst erkennt es an, wie Virchow, dass die Mitwirkung der Laien zur Reform der

Diät, ja zur Reform der Medicin unerlässlich ist.

III. Wie wir es missbilligen, wenn unsererseits zuweilen boeotisch gegen den Carnivorismus dreingefahren wird, (man soll in bösen Dingen ja nicht Gleiches mit Gleichem vergelten), vergl. S. 253, so finden wir andererseits den Stolz ungerechtfertigt, mit welchem die Jünger der Wissenschaft und noch mehr ihre gläubigen Nachbeter, auf den Vegetarianismus blicken, ohne ihn der Prüfung und eventuell dem Versuche einer Widerlegung zu unterziehen. Von den Lehrstühlen der Physiologie hat der Inhaber nur eines einzigen den deutschen Verein für N. L. W. auf unsere Bitte überhaupt einer Antwort gewürdigt. Wir bescheiden uns gern, bedauern es aber um der Sache willen, und freuen uns, dass es andere Wege zum Ziele giebt. Nächste der Münchener Zeitschrift für Biologie ist es die „**Wiener medicinische Presse**“, welche auf den Vegetarianismus kritisch eingeht. Diese enthält nämlich seit Beginn dieses Jahres fortlaufende Artikel von Dr. W. Winteritz, Docent an der Wiener Universität „über methodische Milch- und Diätenkuren“. Diese Abhandlungen, die, wie wir hören, durch Erscheinen eines besonderen Abdrucks ebenfalls zugänglicher gemacht werden sollen, sind dem Staatsrath Dr. Kurell, Leibarzt des russischen Kaisers gewidmet, indem es dessen „Verdienst ist, die Anwendung der Milch als Kurmittel zu einer methodischen gemacht zu haben, indem er es richtig erkannt, dass auch ein Nahrungsmittel bei seinem methodischen Gebrauche weitaus mächtigere therapeutische Erfolge bewirken müsse, als bei einer bloss unmethodischen Anwendung.“

Diese Widmung — eine Milchfrage — lässt uns anscheinend dem Vegetarianismus noch fern, indem es ja ausgemacht ist, dass naturgemässer Weise dem Menschen nur die Muttermilch und diese selbstverständlich ihm nur

als Kinde ziemt, — allein die Erweiterung, dass auch ein Nahrungsmittel methodisch gebraucht, so mächtige Folge habe, — führt mit vollen Segeln, mit vollster logischer Schärfe in alle Fragen des Vegetarianismus ein und zwar nicht nur in therapeutischer Hinsicht. Dr. Winteritz scheut sich nicht durch dieses Thor neue Wege einzuschlagen. „So lange die Ansichten über Erkranken und Gesunden vorwaltend ontologische waren, wurde die diätetische Therapie unterschätzt und vernachlässigt. Man fragte wenig nach naturgesetzlichen Lebens-Bedingungen und bemühte sich, durch künstliche Eingriffe, durch spezifische Mittel die Ausgleichung der Störung herbei zu führen. Seit sich die Anschauung Bahn gebrochen, dass im gesunden wie im kranken Leben dieselben Gesetze gelten, dass Heilung nur durch Vermittelung der natürlichen Lebensbedingungen herbeigeführt werden könne, bemüht man sich, durch Beeinflussung des Gesamtorganismus, der ganzen Ernährungsrichtung, die Lebensbedingungen zu beeinflussen, und der mächtigste Factor in dieser Richtung ist die Diät im weitern Sinne und engern Sinne.“

Wir sehen, das ist der Weg zum Vegetarianismus. Dr. Winteritz spricht von den Vegetarianern nicht mehr wie Virchow that, von einer „Secte“, für welche die Physiologie kein Interesse hat, wie Dr. Aubert meinte. Nein, „man fragte zunächst, welche Nahrungstoffe sind für den gesunden und kranken menschlichen Körper, seiner Organisation, seinen Nahrungsbedingungen nach, die gemässen? Und hier entbrannte sofort ein heftiger Principienstreit. Vegetarianer und Carnivoren oder Omnivoren standen und stehen einander schroff gegenüber: Wir müssen in diesem Kampfe bei der Besprechung diätetischer

Fragen Stellung nehmen, der Gegenstand verdient alle Beachtung.“(!)

Es könnte uns zunächst ganz gleich sein, zu welchen besonderen Ergebnissen Herr Dr. Winteritz weiter gelangt, wir würden ihm schon dankbar sein müssen, dass er den Vegetarianismus als ebenbürtigen Kämpfer in die Arena förmlich einführt und die Wissenschaft auffordert, ihre Waffen an ihm zu erproben, auch der Rostocker Physiologe und Anatom, der uns im Grunde gar nicht so fern steht, dürfte dann „Geschmack“ an der Sache finden können.

Wir behalten uns daher vor, in den Punkten, wo uns nöthig scheinen wird, auf diese Abhandlungen, wenn sie vollendet sein werden, zurückzukommen; wir machen für heute unsere Leser nur darauf aufmerksam, dass der Vegetarianismus, von dem vor wenigen Jahren in Deutschland kaum einige Märtyrer wussten, jetzt bereits in die Hallen der Wissenschaft seinen Einzug gehalten hat, und seine Jünger wirbt.

IV. „Die moderne Combination der Kurmethoden von Schroth und Priessnitz, kritisch beleuchtet von Dr. Moritz Kypke. Berlin 1870.“

Der Verfasser der „diätetischen Heilmethode ohne Arznei und ohne Wasserkur“ ist unsern Lesern wohl schon hinreichend bekannt. Auch aus dem vorliegenden Schriftchen ist viel Gutes zu lernen, besonders über das Thema „die Wassersucht der Naturärzte ist ein unheilbares chronisches Uebel (S. 34)!!“ Man muss aber sorgfältig mit eigener Kritik lesen, wie denn gleich im Eingange dem Leser zugemuthet wird, dass er auf alle Logik verzichte, nämlich durch den klassischen Satz: „Nach Rom führen viele Wege, wie man sagt, die Natur aber heilt seit Alters her stets in unveränderter Weise nach unwandelbaren Gesetzen, folglich — kann auch nur eine der beiden Kurmethoden (nämlich der Schroth'schen und der von Priessnitz) die richtige

Hilfe und Unterstützung gewähren, es fragt sich nun: welche ist es?“ Seite 28 wird dann Schroth der Preis erteilt mit dem Bekenntnis: „Wir gehörten früher zu den thätigsten und eifrigsten Anhängern der Kaltwasserbehandlung, da wir das temporäre Besserbefinden, für Genesung hielten; seitdem wir aber diese Illusion eingesehen, die Lehrsätze Schroths kennen gelernt und begriffen haben, ist es unsere innigste Ueberzeugung, dass einzig und allein nur sie die Wahrheit einer Heilung verbürgen.“

Das Princip, um welches es sich bei Heilung chronischer Krankheiten handelt ist dies, dass es darauf ankomme, in diesen dieselben Symptome wach zu rufen, wie in akuten Krankheiten und dies eben geschehe durch die trockne Diät, daher gewöhnlich „Sammelkur“ genannt; und „da Schroth bemerkte, dass in Folge des Wassertrinkens, das in chronischen Krankheiten immer nur schwach auftretende Fieber sogleich wieder verscheucht würde, substituirte er dafür den Wein und vervollständigte damit sein Heilsystem (S. 15).“ So zeigt die Schrift, so viel einzelnes Gute sich findet, einen inconsequenten Eklektizismus und erregt den Wunsch, aber auch die Hoffnung, dass der Herr Verfasser aus dem oben angeführten Satze von dem Heilen der Natur noch die richtige Schlussfolge werde ziehen lernen. Wir aber warnen vor der Schroth'schen Forcierung der Natur, zumal bei schwachen Constitutionen, namentlich wir eben erst am offenen Grabe eines lieben Freundes standen, der nach unserer Ueberzeugung ein Opfer dieses Systems geworden.

V. Von Theodor Hahn erschien: „Die Naturheillehre des Hippokrates (Physiatrik oder Physiautokratie), volkstümlich dargestellt nach dem Standpunkte heutiger Wissenschaft. Berlin 1870. 115 S. 12 Sgr.

— Von demselben erscheint der „Naturarzt“ seit Januar in handliche-

rer Octavausgabe und monatlich 1—1½ Bogen als „Zeitschrift für volkstümlich Gesundheitspflege und Heilweise,“ jährlich 1 Thlr. No. 1 bis 3 bringt: Rück- und Vorschau. Krankengeschichte für Rheumatismuskranken, Blasenkatarrh, Fasten, Diät. Heilmittel. Kindespflege. Abhärtung. Vegetarianisches Asyl am Zugersee und in Appenzell. S. Breuers vegetarianisches Kinder-Asyl. Etwas über Taback. Recensionen und Bücheranzeigen.

Herr Hahn ist unsern Lesern hinreichend bekannt. Wir wünschen, dass die „Volksthümlichkeit“, die beide Schriften im Titel führen, sich immer mehr in der Form der Mittheilung ausprägen und dazu zählen wir unter Anderen: 1) Reinheit von Ausdrücken, die dem Volk nicht verständlich sind; 2) Beschränkung der Polemik, denn das Volk will das Positive; 3) naturgemässe Lebensweise, in Bezug auf die Galle, die mit durch die Feder fliesst.

VI. Dr. Boruttau's „Volksfreund“, Organ des „Centralvereins für naturgemässe Lebens- und Heilweise“, erscheint monatlich und kostet mit Beilage halbjährig 17½ Sgr., zu beziehen durch Post oder Buchhandlung.

Die erste No. bringt unter Anderen einen Artikel von G. Weilshäuser „zur vegetarianischen Reform“ welcher unsern Verein getrennt wissen will in a) einen Verein für das „sittliche Motiv“ — dem lebenden Thiere das Recht auf sein Dasein unter uns Menschen zu erkämpfen und b) einen Verein für das hygieinische Motiv, also die Gesundheitspflege; jener werde Leute aus allerlei Stand und Beruf vereinen können, dieser „hauptsächlich wissenschaftlich gebildeten Aerzten“ als Aufgabe zufallen. Der bestehende Verein wird als eine Tyrannei mit „Speisegebote“ dargestellt und jene Trennung unter Anderem mit einer ausführlichen Apologie des Alkoholgenusses motivirt.

Man sieht leicht, dass diese ganze Anschauungsweise einem gewissen amerikanischen englischen Vegetarianismus sich nähert, der deutschen Auffassung und Fortbildung desselben aber völlig fern steht.

Was zunächst die „Speiseverbote“ anlangt, so befasst sich der Vegetarianismus niemals mit Decreten hierüber, sondern lediglich mit der Erkenntnis des in dieser Beziehung Heilsamen und mit der Mittheilung dieser Erkenntnis.

Der § 2 des Vereinsstatuts schliesst eben deshalb jede Controlle des Vereines über seine Mitglieder — um herkömmlichen Missverständnissen zu begegnen, — ausdrücklich aus, und überlässt es dem Gewissen eines jeden, das zu thun, was ihm recht scheint. Also gerade das Entgegengesetzte von dem, was Herr Weilshäuser behauptet, ist der Fall.

Was die Apologie des Alkohols und sonstiger Reizmittel betrifft, die soweit geht, es unter Umständen für — „ehrenhafter“ zu erklären, sich durch Alkohol zu regaliren, als in Folge von Ueberspannung der Erschlaffung sich hinzugeben, so liegt darin eine Ansicht, welche der Vegetarianer deshalb bestreitet, weil er darin eine Selbsttäuschung erkennt. Denn eben diese Reizmittel sind, wie oft nachgewiesen, nur die Mittel die Erschlaffung zu steigern und in Summa das Leben zu kürzen, statt es zu verlängern und in seiner Verlängerung gleichzeitig der höchsten Leistungskraft fähig zu machen. Diese rein physiologische Erkenntnis ist hierbei das Massgebende.

Sehr verwirrend ist ferner die Ansicht, dass der vorgeschlagene erste Verein allein ein sittliches Motiv enthalte, der zweite aber nicht und dass diesser deshalb wesentlich an die Wissenschaft auszuliefern sei.

Erstens ist die Frage über das Recht der Thiere, so gut wie irgend eine hygieinische Frage Gegenstand wissenschaftlicher Untersuchung, denn

offenbar hängt die „sittliche“ Seite der Frage davon ab, welche Eigenschaften eigentlich die Thiere, namentlich in physischer Beziehung haben, Fragen, welche tief in die Naturwissenschaft einführen, ebenso wie die Frage über den Alkohol und seine Wirkungen auf uns.

Entweder also sprechen wir bei beiderlei Fragen (resp. Vereinen des Hrn. Weilshäuser) überhaupt nicht von Sittlichkeit, sondern von Wahrheit und deren Erforschung; nun so ist eben zwischen beiden Aufgaben kein wesentlicher Unterschied; oder aber wir erkennen an, dass der Mensch der erkannten Wahrheit gemäss sich zu verhalten hat, so weit jene eben sein Leben berührt und nennen dies Pflicht — nun so fühlen wir uns, eben in Folge dieser Wahrheitserkenntnis des Thiermords und Thiergenusses ebenso wie des Alkoholgenusses sich zu enthalten, moralisch verbunden und ist für uns kein Unterschied jener zwei Vereine gerechtfertigt.

Dass der zweite Verein mehr Sache der Wissenschaft sei, ist ebensowenig zutreffend: Alles ist für die Wissenschaft Gegenstand der Untersuchung und soll es sein. Der Laie nimmt eben an den Ergebnissen derselben und am Verständniss derselben Theil, so viel er eben vermag.

Wir dürften sonach erwarten, dass der deutsche Vegetarianismus nicht ferner von einzelnen seiner eigenen Jünger verkannt werde. Er ist kein Dogma, am wenigsten das einseitige Dogma vom Recht der Thiere, obgleich wir die Sarcophagie als den höchsten Grund der zu bekämpfenden Uebel erkennen, sondern er ist das Princip der Naturgemässheit des ganzen Menschenlebens er ist die Kunst, es demgemäss harmonisch zu gestalten, wie der Vereinstag bei Aufstellung seines Statuts einmüthig bestätigte (Vereinsblatt S. 148 ff.). Insbesondere fand er sich einverstanden in der sittlichen Frage,

die entweder (wenn man um Worte streiten will) gar nicht aufgeworfen werden darf, oder aber als Pflicht des Gehorsams zu erklären sei, die wir erkannter Wahrheit durch deren Erkenntniss schuldig werden (ebenda 149). Deshalb ist der deutsche Vegetarianismus keine Secte sondern ein Reformprincip, und der „Verein“ Nichts als der Versuch, für die Entwicklung desselben in der Gemeinsamkeit thätig zu sein. Eine Trennung im Sinne des Herrn Weilshäuser würde ein Zurück-sinken auf frühere einseitige Stufen des Vegetarianismus sein, und das allerdings unerhörte Beispiel zu seinem Richter haben, dass sogenannte Vegetarianer recht waidliche Bier- und Branntweintrinker sind.

VII. „Das unreine Blut und seine Reinigung durch negativ electrischen Sauerstoff, von Dr. med. Lender, Berlin 1870.“ 93 Seiten. Der Verfasser ist Mediciner im spezifischen Sinn und der Vegetarianismus wird in der vorliegenden Schrift nicht berührt; aber sie ist von hohem Interesse für uns. Hatten uns schon längst die Untersuchungen von Hallier über die mikroskopischen Pilze und ihre Sporen interessirt, die uns in ihnen den Hauptfeind unseres Lebens erkennen lehrten, so wird in obiger Schrift die Forschung über diesen Gegenstand weiter dargestellt und fortgeführt. Von Sepsis, die Fäulniss, nennt man septische Stoffe alle jene mikroskopische Zersetzungproducte, die theils organisch, theils unorganisch, selbst wieder Fäulniss erzeugen. Da nun die Welt stets ein offenes Grab ist, so sind diese septischen Stoffe in erstaunlichen Massen vorhanden, entziehen sich unsern Sinnen und durchdringen so zu sagen Alles: „Danzer hat durch Waschen von ungefähr 2495 Liter Luft der Stadt Manchester mit destillirtem Wasser eine Flüssigkeit erhalten, in welcher  $37\frac{1}{2}$  Millionen Pilzsporen oder Keime organischer Wesen enthalten waren, die das Wasser aus

der Luft aufgenommen hatte; 2495 Liter Luft athmet ein Mann mittlerer Grösse in ohngefähr 10 Stunden ein!“ Diese Sporen gleichen bei 1000facher Linearvergrößerung nur Punkten und bilden Pilze, die gewöhnlich „Schimmel“ heissen. Sie dringen durch die Wandungen in das Blut ein und zersetzen es. Alles Verwesende ist eine Brutstätte septischer Stoffe. „Der Boden der Städte wird immer mehr von organischen Stoffen durchzogen, wird daher immer mehr zu einem künstlichen Sumpfe, der seine massenhaften septischen Stoffe der Atmosphäre und den Brunnen unaufhörlich mittheilt“. Die septischen Stoffe sind wie z. B. das Kohlenoxydgas für unsere Sinne gar nicht wahrnehmbar, ihre Wirkungen erst verrathen ihr Dasein.

Es ist klar, dass die septischen Stoffe unser Leben auf das äusserste affiziren. „Die Reinheit unseres Blutes steht in genauester Beziehung zur Reinheit unserer lokalen Atmosphäre, unseres lokalen Trinkwassers, unserer lokalen Speisen“ S. 17. Nur aber reines Blut ist gesund, und unser Blut, das sind wir selbst!!

Wir würden mithin untergehen, wenn nicht die Natur selbst die septischen Stoffe neutralisirte. Der Heiland, der dies Geschäft stetig besorgt, heisst Ozon, activer Sauerstoff, durch Electricität erzeugt, überall verbreitet, im Blute selbst vorhanden; er zerstört die septischen Organismen.

Da nun aber theils die septischen Stoffe lokal sich gewaltig häufen können, theils die Ozonisirung des Sauerstoffs mangelhaft stattfinden kann, so ist die Folge, dass eine Herrschaft septischer Stoffe Platz greift, die dann zerstörend wirkt.

Der Verfasser giebt nun die Krankheitsformen an, die daraus hervorgehen, und das sind unsere meisten und verhängnissvollsten, und folgert daraus, was wir zu thun haben, theils um sie zu vermeiden, theils um sie zu heilen. „Die

Lehre, dass uns daher die Sorge um reine Luft, reines Wasser, reine Speisen und reinen Darmcanal nicht allein in Zeiten der Epidemie und in Sumpfgewässern, sondern systematisch zu allen Zeiten, an allen Orten, unter allen Verhältnissen beherrschen soll, wird nur dann sich Anerkennung erringen, wenn die septische Ursache einer Reihe von Krankheitsformen allgemein anerkannt wird, deren aitiologischer Ursprung entweder gar nicht, oder irrthümlich gedeutet worden ist“. S. 43. Von einer Reihe namentlich genannter und häufiger Krankheiten sagt der Verfasser „sie werden nicht geheilt, trotz der besten Medikamente“ S. 44. „Und so begreifen wir dann von einem ganz andern Standpunkte aus die Worte Schleidens, dass wir beten sollen „Herr bewahre uns vor dem Schimmel“, — so gilt denn der Satz in vollster Weise: je höher, freier, trockener, sonniger, geräumiger wir wohnen, — — — je sorgfältiger wir durch Zugluft unsere Zimmer ventiliren, je mehr wir ausserhalb unserer Wohnung gelegene septische Heerde vermeiden, je mehr unser Trinkwasser dem aus destillirtem Wasser bereiteten Sodawasser gleich ist, je weniger wir verdorbene und ungekochte Speise essen, je weniger wir dulden, dass die unlöslichen Reste unserer festen Speisen im Colon und Rectum (Darmtheile) zu septischen Heerden werden, je öfter und je länger wir aus der Sumpfluft der Städte auf die Höhen der Berge flüchten, je fleissiger wir diätetische Inhalationen ozonisirten Sauerstoffgases zumal im Alter machen, wenn wir das Zimmer nicht mehr verlassen können, — je freier wir uns nach Möglichkeit von den oben erwähnten Momenten halten, welche die Quantität und Qualität des Blutsauerstoffs herabsetzen, — um so mehr werden wir uns vor — Erkrankungen — und vor einem vorzeitigen Alter geschützt sehen“. S. 67.

„Die Methode des Verfassers für

seine Darstellung des reinen und ozonisirten Oxygens, seine besonderen Erfahrungen in der Anwendung der Gase sollen in einer spätern Arbeit besprochen werden“ S. 69.

Hiermit deuten wir den Gang der ausserordentlich reichhaltigen Abhandlung an, die besonders für Aerzte von hohem Interesse sein muss. Wir Alle werden darin vieles finden, was unsere vegetarianischen Grundsätze bestätigt, erläutert und unsere Gegner uns auf halbem Weg entgegenführt, und der Herr Verfasser selbst, wenn er vegetarianische Erfahrungen hätte, würde staunen wie Vieles von dem, was er als zu Erstrebendes hinstellt, durch die einfachsten Mittel und leicht zu erreichen ist. Die Schrift sei Allen, die vor wissenschaftlichen Ausdrucksweisen nicht zurück schrecken, empfohlen.

VIII. „Medicinish-chirurgische Rundschau, Monatsschrift für die Heilkunde von Dr. K. Bettelheim, Beilage der „Wiener medicinischen Presse“ XI. Jahrgang“ I, 1. S. 88 ff. berichtet Dr. Breuer über die Fortschritte der Lehre von der Ernährung durch Bischoff, Voit und Pettenkofer. Wir ersehen daraus, dass der Liebigsche Standpunkt zwar weit überholt ist, dass aber auch jetzt noch die Medizin im Dunkeln tappt. „Wir müssen gestehen, sagt der Referent S. 96, dass in diesen wichtigen Fragen die Viehzucht der ärztlichen Wissenschaft weit voraus ist.“ — „Gilt es, einem herabgekommenen Körper die Verluste zu ersetzen, so sind wir fast immer bestrebt, möglichst kräftige, d. h. eiweisreiche Kost beizubringen, **ordiniren wir Fleisch und immer wieder Fleisch; es ist nicht blos möglich, sondern sehr wahrscheinlich, dass wir damit auf ganz falschem Wege sind!** Sehen wir doch auch was für Eisweisquantitäten Phitisker (Lungensüchtige) durch den Körper durchzuschicken im Stande sind, ohne ihren Körperzustand dadurch zu bessern.“

Der Artikel legt die Gründe dar, weshalb die medizinische Wissenschaft zur Zeit so steht und auf die „Nothwendigkeit tatsächlicher Forschung“ auf diesem Gebiet, von Neuem angewiesen ist. Er schliesst mit dem Bekenntniss, dass die Landwirthschaft vorausgeeilt, dass aber „die Medizin durch ihre wissenschaftliche und practische Pflicht dazu gezwungen werde, aus einem Zustande heraus zu treten, in dem positiver Irrthum und der Zweifel an der wissenschaftlichen Berechtigung empirischer Empfehlungen sie in völliger Rathlosigkeit erhalten“!! Vielleicht erklärt sich aus diesem Stande der Dinge, dass die physiologischen Lehrstühle, ausser Einem, für unsere bittende Frage zur Zeit keine Antwort hatten. Möge sie nur überhaupt gefunden werden! Wir Vegetarianer schaffen die Thatsachen, Aufgabe der Wissenschaft wird es sein, sie festzustellen und zu erklären.

IX. Auch zweier Todesfälle müssen wir hier gedenken. Erstens ist E. Weilshäusers „Vegetarianisches Ausland“ nicht mehr. Die drei erschienenen Nrn. haben gewiss ihrem Inhalte nach Beifall gefunden; aber sie kamen von vornherein in zu wenige Hände, um sich eine genügende Zahl Abnehmer zu sichern. Das zweite Blatt, welches verschied, sind die Volksblätter für natürliche Lebens- und Heilweise von Kuhn, Arzt in Seon in der Schweiz. Nach unserer Ansicht eignete sich dieses Blatt nach seiner Sprache, Stoffwahl, Verlässlichkeit u. s. w. ganz vorzüglich zu einem Volksblatt. Es kam wohl nur in engeren Kreisen zur Kenntniss des Publikums und wir hoffen, dass auch Herr Kuhn Wege finden möge seine Kraft in anderer Weise bald wieder in Dienst der Menschheit zu stellen.

X. „Das Brod“ Zeitschrift vom Freiherrn von Eberstein kündigten wir S. 207 an und versprachen nach Erscheinen Bericht. Obgleich das Blatt einen Artikel meinerseits über die Brod-

frage aufgenommen, kann ich das Blatt doch nur denen empfehlen, welche für bezügliche Handelsnachrichten oder aber für ein seltenes Genre freiherrlicher Infallibilität im Gebiete unverstehbarer Physiologie ein lebhaftes Interesse haben sollten.

XI. Schliesslich darf ich wohl noch berichten, dass ich selbst von meiner Schrift „von der Arbeit“ die mir so viel Freunde erworben, soeben eine neue Ausgabe (20 Sgr.) vollendet habe, in welcher nun auch der Vegetarianismus an seinem Orte vertreten ist. E. B.

### Rinderpest und Schafblattern.

(An den Herausgeber der „Times“.)

Mein Herr! Die gegenwärtig herrschende Rinderpest und die Schafblattern machen die Leute besorgt und sie fragen einander: „Was sollen wir nun machen?“ Bisher habe ich keine befriedigende Antwort darauf gehört.

Nun wünscht sich Jeder von uns die beste Gesundheit, ein heiteres Gemüth und lange Lebensdauer. Gestatten Sie mir, meine Ansicht darüber auszusprechen, wie die Güter erlangt werden können, wobei ich vorausschicke, dass unser Geschmack hauptsächlich auf Gewohnheit beruht und dass wir ihm oft auf Kosten unserer Gesundheit huldigen, ohne die Quelle unseres Leidens zu kennen. Meine eigene 56jährige Enthaltsamkeit von thierischer Nahrung und starkem Getränk, mag Ihnen beweisen, dass ich kein blosser Theoretiker bin. Aus den folgenden Thatsachen mag das Publikum seine eigenen Schlüsse ziehen, und gewinnt es ein Resultat, wie sich vernünftigerweise voraussehen lässt, so werden ohne Zweifel Viele das vegetarische Diäts-System als die Quelle der Gesundheit aufsuchen, ohne der vielen andern Urtheile zu gedenken, die hier nicht erst aufgezählt werden dürfen.

Zunächst wünsche ich die öffentliche Aufmerksamkeit auf den Bericht von 1863 über die Epidemie in Millbank

zu lenken. Die angegebenen Thatsachen stützen sich auf die Autorität des Directors des dortigen Besserungshauses:

Die Gefangenen erhielten an Brod 196 und an Kartoffeln 112 Unzen wöchentlich, zusammen 308 und 7 Pinten Graupen.

An zwei Tagen in der Woche wurde statt Kartoffeln eine vegetabilische Suppe geliefert, aber in der Kost kam weder Fleisch noch Milch oder anderer thierischer Stoff vor. Dessenungeachtet konnte der Director berichten, dass diese Kost den Gefangenen gut bekäme, dass kein Verlust an Kraft bemerklich sei und dass kein Gefangener gesunder sein könnte. Auch fügte er hinzu: „Von Scorbut ist bis jetzt kein Fall vorgekommen.“ Dr. Guy sagt im „Journal of the Statistical Society“ — September 1863:

„Es darf auch nicht übersehen werden, dass diese in einem englischen Gefängniss angenommene ausschliessliche Pflanzenkost den meisten Verhafteten fremd war, welche vor ihrer Gefangenschaft ohne Zweifel im Stande gewesen sind, sich mehr oder weniger thierische Nahrung und berauschendes Getränk zu verschaffen. Die Gefangenen wurden bei dieser Diät verschiedene Zeitdauer (bis zu 18 Monaten) gehalten; 292 Gefangene in verschiedenen Gruppen wurden beim Eintritt und bei der Entlassung gewogen. Von 38 Gefangenen, welche von 2 Wochen bis 6 Monaten verhaftet waren, hatten 27 an Gewicht gewonnen, 2 hatten davon verloren und 9 waren sich gleich geblieben. Die durchschnittliche Gewichtsvermehrung betrug 3 Pfund. Zwei andere Gefangene hatten nach achtzehnmonatlicher Haft durchschnittlich 6 Pfund gewonnen und 20 auf 12 Monate beschränkte Gefangene in jener Zeit durchschnittlich um 5 Pfund zugenommen. Vier andere auf resp. 6, 3, 2 und 1 Monat inhaftirte Gefangenengruppen gewannen durchschnittlich 3 Pfd., 3 Pfd., 2 Pfd. und 2 Pfd.“

Hier haben wir zu Gunsten einer

Brod-, Kartoffel- und Graupen-Diät den schlussgültigsten Beweis. Das Resultat war kein Kraftverlust, ein vortrefflicher Gesundheitszustand, kein Scorbut und eine sehr befriedigende Gewichtszunahme. Es darf auch nicht übersehen werden, dass die Haft Einzelner lang genug war, um in ihrem Ergebniss bezüglich der Diät hinreichendes Zeugniss abgeben zu können.

Dr. Baly veröffentlicht in der „London Medical Gazette“ ein ähnliches Beispiel. Die wöchentliche Ration im Stafforder Landgefängniss bestand aus: Brod 196, Kartoffeln 112 Unzen, zusammen 308 Unzen mit 21 Pinten Graupen.

Fleisch und Suppe wurde nicht verabreicht und der Scorbut blieb fern. Dr. Baly überzeugte sich davon an 70 Gefangenen, welche von 3 bis 6 Monaten in Haft waren. Auch in diesem Falle muss die gänzlich vegetabilische Diät den Gefangenen ungewohnt gewesen sein.

Ein anderes Beispiel einer ausschliesslichen Pflanzenkost gewähren die Glasgower Diäts-Versuche an Gefangenen. Zehn Gefangene erhielten einen Monat lang 6 Pfd. Kartoffeln täglich und nach Verlauf dieser Zeit hatte sich ihr Gewicht im Durchschnitt um 3½ Pfd. vermehrt. Dr. Guy bemerkt darüber;

„Sonach erkläre ich ohne Zögern eine fleischlose Diät für völlig ausreichend. Ich zweifle keinen Augenblick, dass die Gesundheit und die Fähigkeit zur Arbeit bei einer aus Milch und Pflanzenkost bestehenden Diät durchaus gesichert sind, und ich würde ohne Weiteres als Gefangenenkost nur Brod und Kartoffeln anordnen.“

Ich glaube, dass die an den Besserungshäusern zu Devizes, Stafford und Glasgow erlangte Erfahrung eine solche Kost rechtfertigen würde.“

Dr. Guy sagt weiter:

„Wir besitzen genügenden Beweis über die ausreichende Nährkraft einer fleischlosen und selbst einer gänzlich



vegetabilischen Diät; darum muss sie sich auch bei körperlich kräftigen Armen und selbst bei schwer arbeitenden Gefangenen und Arbeitern aller Art bewähren, und zwar auch bei Leuten, die früher an thierische Nahrung gewöhnt waren.“

Mr. Chadwick erklärt in einer Zuschrift an die Gesellschaft der Künste:

„Dr. Smith's schätzenswerthe Beobachtungen beweisen die Superiorität einer einfacheren Diät, wie Hafermehlsuppe und Milch in Schottland und Kartoffeln und Buttermilch in Irland. Er erzählt uns, dass die schottischen Landleute, wenn sie in die Städte ziehen und höhere Löhne erhalten, und Thee, Brod und Butter für Hafermehlsuppe und Milch substituieren, bei dieser theuren und stimulirenden Diät nicht so gut gedeihen.“

Medicinische Autoritäten haben eine mehr stimulirende Diät für Gefangene als nothwendig erachtet, und man müsste nun folgern, dass sich die Gesundheit in Folge dieser theilweise ins Leben getretenen Anschauung gebessert habe. Um diese Frage zu bestimmen, müssen wir zur Statistik flüchten. Es ergab sich bei je 20 Gefängnissen:

|                    | Unzen fester Nahrung pro Woche | Wöchentl. Kosten |     | Krank. Proc. | Todesfälle pro 100 |
|--------------------|--------------------------------|------------------|-----|--------------|--------------------|
|                    |                                | S.               | P.  |              |                    |
| Bei niedrigst Kost | 118                            | 1                | 10½ | 3            | 1½                 |
| „ mittlerer „      | 213                            | 2                | 4½  | 18           | 3                  |
| „ höchster „       | 228                            | 3                | 2   | 23½          | 4                  |

Gegen dieses Resultat wurde eingewendet, dass in einigen grossen Gefängnissen, wo man die geringere Kost angenommen, die Zeit der Gefangenschaft eine kürzere war als in andern Anstalten. Diesem Einwande wurde jedoch mit dem Versuche der geringeren Diät in denselben Gefängnissen, mit denselben Gefangenenklassen; mit und ohne Beschäftigung und für gleiche Zeitdauer, begegnet; das Resultat blieb dasselbe. Ohne Zweifel wären Veränderungen in der Diät bei Personen von sitzender Lebensweise oder bei längerer Gefangenschaft wohlthätig, wenn nicht unbedingt

nothwendig, aber dann genügt eine Verschiedenheit einfacher Artikel statt einer Vermehrung der Quantität oder einer Beschaffung theurerer und stimulirenderer Dinge. Spätere Erfahrung ergab dasselbe Resultat. — Kehren wir zu Chadwick's Adresse zurück.

„Die Sterbefälle in der Armee sind in vielen Fällen durch Gesundheitsmassregeln, ohne wichtige Veränderungen in der Diät, auf die Hälfte reducirt worden. Die Wirkungen der Gefangenenkost, verbunden mit verbesserten Gesundheitszuständen, waren die belegendsten. Die Soldaten wurden aus Reihen genommen, wo das Sterbeverhältniss 17 von 1000 beträgt, und in irländische Militär-Gefängnisse gesteckt, wo sich die Todesfälle auf 2½ pro 1000 reducirte: Krankheit zeigte sich in demselben Verhältniss. Die Kost bestand aus 8 Unzen Hafermehl, 8 Unzen Maismehl und 8 Unzen Weizenbrod, mit einer halben Pinte Milch zu den 3 Mahlzeiten täglich. Fleisch, Thee, Kaffee, Bier, Tabak oder ein anderer Stimulus, an den sie vorher gewöhnt waren, wurde nicht verabreicht und doch verbesserte sich ihre allgemeine Kraft und Gesundheit bedeutend. Der Gefangenarzt, welcher die Wirkung dieser Diät seit Jahren beobachtet, erklärte sich gegen jede Veränderung.“

Die von hoher Autorität hier angeführten Thatsachen beweisen, dass die Gesundheit bei einer einfachen Diät bewahrt und das Körpergewicht vermehrt wird, und dass thierische Nahrung nicht nothwendig sei.

In der gegenwärtigen Zeit, wo die fürchterliche Rinderpest wüthet, lehrt die Gesundheit die Enthaltensamkeit von Rind- und Hammelfleisch, und man darf hoffen, dass die Presse diese wichtige Angelegenheit in die Hand nehmen und das Volk belehren wird.

Acton, Square, Salford.

Wm. Harvey,

Vorsitzender der vegetarian. Gesellschaft.  
Mitgetheilt von E. Weilshäuser.

Herder in seinen „Ideen zur Geschichte der Menschheit“ sagt: „Die ruhigsten, und wenn man sagen darf, die menschlichsten Thiere, leben von Pflanzen; an Nationen, die eben diese Speise wenigstens öfters geniessen, hat man eben diese gesunde Ruhe und heitere Sorglosigkeit bemerkt. Alle fleischfressenden Thiere sind ihrer Natur nach wilder; Der Mensch, der zwischen ihnen steht, muss (wenigstens dem Bau seiner Zähne nach) kein fleischfressendes Thier sein. Ein grosser Theil der Erdbevölkerung lebt noch von Milch und Gewächsen u. s. w.“ E. Weilshäuser.

### Afrikanisches Getreide.

In der Sitzung des naturwissenschaftlichen Vereins für die Provinz Sachsen und Thüringen in Halle a./S. vom 28. October 1868 legte Herr Dr. Köhler zwei einer ägyptischen Mumie entnommene Weizenähren (von *Triticum compositum* Lin.) vor. Dieselbe Species wird gegenwärtig noch gebaut und ist es bekannt (aber sehr oft bezweifelt worden), dass der dem Mumienweizen entnommene Samen mehrfach gesäet wurde und noch mehrere Jahrtausende hindurch latent gebliebene Keimkraft aufging und Früchte trug. Auch im botanischen Garten zu Halle wurden dergleichen Versuche nach Bericht des Herrn Inspektor Paul mit Erfolg angestellt.

Neben diesem Weizen nehmen der Mais und die Durrah in Aegypten, Nubien, den Nigrländern, der Goldküste u. s. w. die erste Reihe unter den Getreidearten ein. Namentlich hat der Mais eine enorme Verbreitung von Aegypten und Arabien an bis zu den Kafferländern herab und wird fast durchgehends auf dieselbe Weise bereitet, vorausgesetzt, dass die betreffenden Völkerstämme die ersten Anfänge einer gewissen Cultur zeigen.

Da der ungekochte Mais Verdaungsbeschwerden, ja Magen- und Darmentzündung erzeugt (?), so wird er roh über-

haupt nicht gegessen; vielmehr wird er von der Blattscheide befreit und entweder über niedrigem Feuer geröstet oder mit sammt den Hülsen gekocht. Die jüngeren grünen Körner werden in dieser Form von den Colonisten wie Erbsen gern verzehrt und die Eingebornen von Ebo, Altcalabar, Gabaon und Kongo kochen Suppen mit Palmöl, Fisch und Gareelen daraus. In Aschante, Papo, Dahomey, an der Goldküste und in Yerube wird aus Mais Brod, Kankié, und ein Getränk Pitto, zubereitet. Um Kankié's zu gewinnen, werden die Maiskolben einen Tag in Wasser macerirt, dann zwischen zwei Steinen, wovon der eine cylindrisch und der andere eine Art Hohlrinne ist, zerrieben. Nach dreimaliger Wiederholung dieser Operation ist ein sauer reagirendes grobes Mehl die Ausbeute, welches zu Teig geknetet und zu mannsfaust grossen, mit Maisblättern und Blattscheiden umwickelten Klößen geformt und in Wasser ein Paar Stunden gekocht oder in eigens dazu von Lehm und Thon gefertigten Backöfen gebacken wird. Pitto ist ein verhältnissmässig rationell gebrauchtes Maisbier von bitterem Geschmack; letzteres ist den Afrikanern keineswegs eigenthümlich, sondern auch die Peruaner und andere südamerikanische Stämme bereiten ein berauschendes Getränk aus Mais, welches sie Cicho de margo oder Pora nennen.

Gleichfalls ausgedehnt ist die Cultur der Durrah, Dowah, Akkoko, Baba, Ghafally (arab.), welche von *Holcus Durrah* (*Sorghum vulgare*, *Andropogon* L.) abstammt. Die Goldküste ist das eigentliche Mutterland dieser Grasart, welche von den Wüstenstämmen, den Einwohnern von Sudan, von der Bai von Biafra und vom Congodistrikt ebenso, wie von den Aegyptern, Arabern, Nubiern cultivirt wird und den in den fernen Westen verkauften Negern in Gestalt ihres allen übrigen Nahrungsmittels vorgezogenen Quineakorns nach den Kaffee, Zucker und Baumwollen-

plantagen der neuen Welt gefolgt ist. Sorghum vulgare wird in Arabien und Aegypten (Kairo u. s. w.) zum Brotbacken allgemein benutzt und kommt nach Forscal in 4 Varietäten vor:

1) als Holcus Durrah (Arabien, Aegypten), 2) Holcus Dochna (Arabien, Darfur und am rothen Meere gebräuchlich, nach Burkhart in Aegypten unbekannt), 3) Holcus exiguus am Nil im November blühend, 4) Holcus racemosus in Yemen.

Es wird von den Eingeborenen eine Art von Pudding, Bazeen genannt, daraus bereitet (Golf von Guinea und Goldküste) und Brod, welches die an der grossen Wüste ansässigen Stämme auf ihren Wanderungen begleitet, daraus gebacken. Ebenso wie aus Mais, wird aus Durrah Bier gebraut, welches Bonza heisst (Akim in Dahomey). (Archiv für Pharmacie, December-Heft. 1869). *β.*

### Mexico, December 1869.

Hier in Mexico streiten sich gegenwärtig zwei Parteien über ihre „vacuna“ und „vacuation“. Ein junger Arzt, der vor einiger Zeit von Paris zurückgekommen, ist für die neueste Pariser Mode, nämlich für das Impfen der Kälber, um die so erhaltenen Kuhpocken dann den Kindern einzupflegen; die andere will bei der alten Mode bleiben, von Arm zu Arm.

Für Aerzte und für das Volk, das an dergleichen Unsinn gewöhnt ist, mag es von Interesse sein, die Zänkereien der beiden Meinungen zu lesen; doch die Gesellschaft kommt immer am Schlechtesten dabei weg, sie fällt womöglich aus dem Regen in die Traufe. Für den Vegetarianer und Naturarzt sind solche Verhandlungen höchst unerquicklich und widerlich. Bei ihm reducirt sich Alles auf den Hauptgedanken: Was gegen die Gesundheit (d. h. wie der Vegetarianer sie versteht) des Menschen ist, wird von vorn herein verworfen.

Alles, was das ganze Geldwucher-

System erfunden und noch erfindet und, auf den Aberglauben und den Blödsinn der Massen sich stützend, als Evangelium anpreist; Alles, was die krasseste Unwissenheit in die Gesellschaft eingeführt und gedankenlos und blindgläubig als heilbringend angenommen ist, wie z. B. die unzähligen sogenannten „Universalmittel“; die lange und lächerliche Liste der Pillen, das ekelhafte Kuhpockengift „Schutzblattern“ genannt; das Tabacksgift in seinen drei Formen; die Sinne und Verstand tödenden Weine und Branntweine; die aufreizenden und hinterher schwächenden Kaffee- und Theegebräue; die scharfen und pikanten Gewürze; die Liste ohne Ende der Medicingifte; die mörderischen „Heilmittel“, wie Aderlassen mit seinem verwandten Blutigel und Schröpfköpfen; die Verdauung zerstörenden Purgirmittel; die Schwefel- und warme Bäder; die Mineralbrunnen; die lange Speisekarte von Thierleichen-Gerichten; die Millionen von Blechbüchsen und Gläsern mit ihrem pikanten und stinkenden (meist theuern) Inhalt; die zur Mode und zum feinen Ton gestempelten, aber das Leben verkürzenden Tanz-, Fress- und Saufgelage. — Von allem diesem Betrug sucht der Vegetarianer sich frei zu halten; und er findet sich reich belohnt in dem reinen Genusse einer fortwährend kräftigen Gesundheit und einer damit verbundenen nützlichen Thätigkeit für sein und der Menschheit Wohl. L. Hahn.

### Anerbieten.

In Bern (Bundesstadt der Schweiz) durchreisende Vegetarianer, welchen es widerstrebt in einem Gasthause zu logiren, finden beim Unterzeichneten vom 1. Mai nächsthin hinweg freundliche Aufnahme, sei es, dass ihnen in seiner Wohnung ein Zimmer mit einfacher Kost zur Verfügung gestellt, oder im gleichen Hause auszuleihende möblirte Zimmer mit Bedienung zugewendet werden können, mit welcher letzterem

Umstände solchen, die sich hier aufzuhalten gedenken, besonders gedient sein dürfte. Es sei dabei bemerkt, dass Bern selbst Erholung und Heilung Suchenden in diätetischer und hydropathischer Beziehung alle möglichen Hilfsmittel, seit jüngster Zeit auch einen für unsere Sache gewonnenen practischen Arzt und nebst städtischen Merkwürdigkeiten viele Naturschönheiten bietet.

O. F. Neuhaus-Ducart,  
Mitglied des Berner Vereins für natürliche Lebens- und Heilweise im Brunnenhofe Nr. 107.  
(Holligendrittel.)

**Gesucht!** Für ein Gut in der Nähe von Frankfurt a. M., dessen Intendant der natürlichen Lebensweise huldigt, werden ein Schmidt, ein Schreiner, ein Kutscher, ein Wagner, ein Sattler, ein Gärtner und Feldarbeiter gesucht, die Vegetarianer sind. Offernten an die Redaction dieses Blattes.

**Erbiten.** Eine feingebildete Dame, Beamtenfrau, Vegetarianerin, erbitet sich junge Mädchen, die zu ihrer weitem Ausbildung das väterliche Haus auf Zeit verlassen sollen, gegen Kostgeld aufzunehmen. Näheres durch die Redaction.

**\*\*** Von einem sehr glaubwürdigen Mitgliede unseres Vereins, das in der Capcolonie der „Mährischen Brüder“ geboren ist und seine Kindheit dort verlebt hat, geht mir eine ausführliche Darstellung dieser Colonie zu, welche nahezu das Gegentheil von dem sagt, was Herr Dr. Scherzer (siehe S. 242 d. Bl.) von Gnadenthal berichtet hat. Entweder also müsste man annehmen, dass seit 25 Jahren diese Colonie in moralisch-diätetisch-sozialer Hinsicht sich um und um gewandelt hätte, oder dass Dr. Scherzer sich durch den schönen Schein bei kurzem Besuch habe mehr oder minder täuschen lassen. E. B.

### Einladung zum Vereinstag.

Unserer in voriger Nr. ausgesprochenen Absicht, den Vereinstag dies Jahr in Freiburg i. Br. zu halten, sind so viel veränderte Umstände und gegentheilige Wünsche entgetreten, dass wir um der Sache willen dem Antrage des Berliner Lokalvereins nachgeben und den diesjährigen Vereinstag entgeltig auf **den 9. Juni nach Berlin**

hiermit ausschreiben. Die Verhandlungen werden des Morgens um 8 Uhr im Saal des Handwerkervereins Sophienstr. 15 eröffnet werden und den Vereinessachen, am Abend vielleicht allgemeineren Fragen gewidmet sein. Der 10. Juni wird zu weiteren Verhandlungen oder geselligem Verkehr in Aussicht genommen. Etwaige Briefe nach dort erbitten wir unter Adresse des Herrn Louis May, Vorstehers des dortigen Lokal-Vereins, Linienstr. 233.

### Der Vorstand

des deutschen Vereins für naturgem. Lebensweise.  
Baltzer. Belitski. Rosenthal.

### Zur Tagesordnung:

I. a) Constituirung, b) Geschäftsordnung, c) Berichterstattung des Vorstandes und des Kassirers.

II. Statutenrevision. a) Anerkennung der Basis von 1869 (S. 148 f. des Vereinsblattes, I.) b) Erklärung zu § 2, a., c) der § 3 soll lauten: Mitglied des Vereins ist jeder, der 1) über 14 Jahr alt ist, 2) seit mindestens 1/2 Jahre den Grundsätzen des Vegetarianismus folgt, 3) und dem Vorstande schriftlich erklärt, dass er Mitglied sein will. d) Zu § 4 statt der Worte „ernennen die Uebrigen“ soll es heissen: „ernennt der Ausschuss“, e) zwischen § 4 und 5 ist

einzuschalten: Ausser dem Vorstande besteht ein Ausschuss von 3 Mitgliedern, welche vom Vereinstage gewählt werden und sich durch Cooptation auf 6 Mitglieder vermehren können. Derselbe dient dem Vorstande als Beirath und kann mit ihm zusammen zwischen je zwei Vereinstagen für den Verein gültige Beschlüsse fassen, f) § 5 soll lauten: Zur Deckung der Ausgaben wird vom Vorstande je nach Bedarf zu einem freiwilligen Beitrag aufgefordert. Der Vorstand legt alljährlich dem Vereinstage Rechnung; oder: Antrag durch Schaptag von 1869, siehe Vereinsblatt S. 152, g) zu § 6 setze statt „8 Wochen“: 4 Wochen und statt „4 Wochen“ setze „mindestens 14 Tage vor diesem Termine“, h) die nöthigen Wahlen.

**III. Sonstige Anträge;** 1. Der Vorstand ist ersucht, einen Fragebogen an alle Mitglieder und sonstige ihm bekannte Vegetarianer zu versenden, behufs Gewinnung einer vegetarianischen Statistik, und hat deren Ergebniss in geeigneter Weise durch den Druck zu veröffentlichen. 2. Die Mittheilungen des Vorstandes an die Mitglieder können durch gedruckte oder metallographirte Flugblätter geschehen. 3. Dank an Herrn L. Hahn in Mexico. 4. Der Fragebogen (1) ist zu benutzen, um ein alphabetisches Namenbuch zu drucken, in welche alle Vegetarianer nach Name, Charakter und Wohnort eingetragen werden; die Mitglieder sind darin durch ein Sternchen zu bezeichnen. 5. Besprechung über Gründung eines veg. Waisenhauses und ob mit demselben ev. eine vegetar. Heilanstalt zu verbinden sei. 6. Berathung über Vereinigung unseres Vereines mit den Naturheilvereinen. 7. Antrag auf Herstellung und Versendung einer kurzen und doch erschöpfenden wissenschaftlichen Schrift über Vegetarianismus (siehe Vereinsblatt S. 253). 8. Besprechung über Herstellung einer belletristischen Zeitschrift mit veg. Principien (Siehe Vereinsblatt S. 210. 9. Ist das „Veg. Ausland“ nicht fortzusetzen, auch Graham und Gleizès nicht deutsch zu bearbeiten?

**IV. Abendversammlung:** 1. Bericht über die Fortschritte des Vegetarianismusses im vergangenen Jahre. 2. Vortrag über Vegetarianismus.

Dem deutschen Verein für naturgemässe Lebensweise traten bei: Herr Anton Ruster, vom Hause U. Geisser und Co., Banquier, nebst Frau, in Turin. Herr Dreifus, Präsident des Schweizervereins, Zeil 35 in Frankfurt a. M. Herr Christian Ruf, Handelsmann, nebst Frau und 3 Kindern in Kadelburg bei Waldshut. Hr. Fr. Spiethof, Gew.-Bankdirector in Düsseldorf. Herr M. Bauer, Lehrer in Hautzenburg bei Passau, mit seinen 3 Kindern Max, Eduard u. Thecla. Herr Fabrikant Werner, Berlin, Neue Friedr.-Str. 22. Zur Kasse gingen ein von A. R. in T, 8 Thlr. 8 Sgr. R. in Kad. 1 Thlr. Sp. in D. 5 Thlr. Dr. N in R. 10 fl. W. in Berl. 1 Thlr. Ungenannt in Nordh. 1/2 Thlr. Hauptmann B. zum Waisenfond 1 Thlr., desgl. Herr Schpt. in N. 25 Thlr.

#### Der Vorstand.

**Briefkasten.** Die Vereinsmitglieder werden nunmehr den musikalischen Gruss des Herrn L. Hahn in Mexico erhalten haben! Ich habe die Regel befolgt, jeder Familie und jedem Einzelstehenden 1 Exemplar zu senden. Sollte wer übergangen sein, den bitte ich bei mir nachzubestellen. Von Mehreren fehlten mir die jetzigen Adressen. — Es ist der Vorschlag gemacht, Herrn Hahn in Mexico unsern Dank für seinen musikalischen Gruss durch ein photographisches Album zu erwiedern. Da der Vorschlag gewiss Beifall findet, bitte ich um photogr. Bilder der Mitglieder (in Visitenkartenformat). Das Album findet sich am Vereinstage. E. Baltzer.

Selbstverlag des Herausgebers Eduard Baltzer in Nordhausen.  
In Commission bei Ferd. Förstemann daselbst.

Druck von Th. Müller in Nordhausen.

**Nächste Nummer erscheint Mitte Mai.**

# Vereins-Blatt

## für Freunde

### der natürlichen Lebensweise

#### (Vegetarianer).

N<sup>o</sup> 19.

Nordhausen, den 15. Mai

1870.

Jeder wird nur, was er eigentlich schon ist, und nicht mit Fremdartigem, sondern nur mit sich selbst hat jeder bewusst identisch zu werden: sein wirkliches Selbst aber ist die Vernunft, so dass sein Ziel ist, vernünftig zu leben.  
Porphyrius, übers. v. Baltzer, S. 35.

#### Sonett.

Ein Loblied heut? Wem könnt' es tönen?  
Euch, edler Männer tapfrer Schaar,  
Die Ihr zum Bund des Edlen, Schönen,  
Vereint Euch treu für immerdar!

Ein Loblied Euch, die unentwegt,  
Ihr für das Höchste stehet ein,  
„Den Geist zu wahren stark und rein“,  
Der uns im Fluge aufwärts trägt.

Die Ihr der Menschheit schönstes Ziel,  
So muthig kämpfet, zu erstreben:  
„Ein würd'ges, freies Geisterleben.“

Die Ihr im wechsellvollen Spiel,  
Der Ernst des Lebens strebt zu werden,  
Der Gottheit Ebenbild auf Erden!

E. Creutzmacher, Stud. med.

#### Zum Vereinstage.

Also am 9. Juni in Berlin! Gut, ich freue mich, dass wir alte Freunde wiedersehen, neue Bekanntschaften machen werden. — Doch eine Bitte im Voraus: lassen Sie uns die Tagesordnung, namentlich die Formsachen, recht kurz und rasch erledigen, damit möglichst viel Zeit bleibe zum freien, persönlichen Verkehr, zum ungezwungenen Aussprechen — was immer das Erspriesslichste bei allen solchen Zusammenkünften ist. Mache sich auch wo möglich Jeder auf einige Tage länger frei, damit wir im Freundeskreise noch einige Zeit im Freien verleben, sei es in Potsdam oder wo sonst die Berliner Freunde geeignet finden.

Auch eine Formsache, die wir klar stellen müssen, wenn sie gleich ohne sachliche Wichtigkeit ist. Ich meine die Geschichte unseres Vereins und schlage vor, den 1. Juni 1868, den Tag, an welchem No. 1 des Vereinsblattes erschien, als unseren Geburtstag festzustellen. Demnach würden wir Pfingsten unser drittes Vereinsjahr antreten. Zwar ist der Nordhäuser Verein schon am 21. April 1867 gegründet, und formell ist der deutsche Verein erst am 19. Mai 1869 constituirt — aber No. 1 des Vereinsblattes veröffentlichte am 1. Juni 1868 die Namen von 106 Vereinsmitgliedern, deren grössere Hälfte nicht in Nordhausen wohnte. Mich dünkt, das ist factisch die Geburt des deutschen Vereins, der sich dann am 19. Mai 1869 formell constituirte. Als Lebenszeichen desselben dienen zwei Jahrgänge Vereinsblatt (mit dessen No. 20 demnach 2 Titelblätter zum Jahrgang 1868/69 und 1869/70 versandt werden müssten) und am 9. Juni 1870 beginnen wir unser drittes Jahr! — Sind die Vereinsgenossen einverstanden?

A v. S.

Zum Vereinstag schreibt Herr V. Mänhardt in Bielitz unter Anderem, dass die beabsichtigte Streitschrift doch

mehreren Verfassern übertragen werden möge und fährt dann fort:

„Aus der Einleitung des Antrages des Herrn Weilshäuser geht hervor, dass er empfiehlt, den Vegetarianismus zum Behufe der Weiterverbreitung hauptsächlich vom sittlichen Standpunkt zu beleuchten, eine Ansicht, der ich durchaus nicht beipflichten kann und zu deren Bestreitung ich mir erlaube, die Resultate meiner Beobachtungen des Menschen und den Erfahrungen bei meinen Versuchen, Proseliten zu werben, anzuführen.

Des Menschen Thun und Lassen, Dichten und Trachten ist darauf gerichtet, sich angenehme Gefühle, und zwar sogenannte sinnliche und geistige zu verschaffen und unangenehme sich ferne zu halten, wobei die Klassificirung, ob angenehm, ob unangenehm, ganz von der durch Anlage und Verhältnisse abhängigen Organisation des Nervensystems des Körpers und seines Gehirns bedingt ist. Etwas sinnlich Angenehmes aus Mitgefühl für andere fühlende Wesen werden nur vorwiegend geistig fühlende Menschen mit zart besaitetem Gemüth unterlassen und diese Menschen sind zu selten, um sie als Regel aufzustellen. Dazu kommt noch, dass es eine ganz allgemeine, tief eingewurzelte, durch die Bibel und alle Religionsbücher gepredigte Ansicht ist, dass Alles auf der Welt nur wegen des Menschen vorhanden ist, dass andererseits die weit verbreitete materialistische Weltanschauung jede Zweckeinrichtung, jede Sittlichkeit in der Schöpfung läugnet und behauptet, die Naturgesetze fragen nicht nach dem Recht, sondern einzig und allein nach Kraft und Macht, und dann ist noch zu bedenken, dass der practische Mann nicht einsieht, weshalb man die Thiere nicht essen soll, wenn man sie schon wegen sonstiger Ueberhäufung tödten muss. Beginnt man also bei der Bekämpfung der tief eingewurzelten Gewohnheiten der Fleischesser mit der Anrufung ihres Mitgefühls

mit den Thieren, so wird man in der Regel für einen sentimental, excentrischen Gefühlsschwärmer angesehen, macht sich dadurch des weiteren Vertrauens verlustig und verscherzt sich dadurch die Aussicht auf einen Erfolg der Bekehrungsversuche. Gelingt es jedoch, mit Hinweisung auf practische Erfolge und deren theoretischen Erklärungen den Beweis zu liefern, dass man durch die natürliche Lebensweise sich am sichersten vor schmerzlichen Krankheiten bewahren und das hochgeschätzte Gut einer ungetrübten Gesundheit sichern kann, so wird dadurch eher die zur Ueberwindung eingefleischter Gewohnheiten nöthige Kraft wach gerufen werden.

Selbst bei Frauen, die doch meistens im Besitze eines grösseren Zart- und Mitgefühls sind als die Männer, richtete ich bisher mit der sittlichen Seite des Vegetarianismus wenig aus, während ich mit hygienischen Erklärungen und Beweisführungen schon einige Erfolge bei Männern und Frauen aufzuweisen habe. Ich halte also dafür, dass bei Vertheidigungen unserer Grundsätze und bei Verbreitungsversuchen derselben bei ungebildeteren wie bei Leuten der Wissenschaft in erster Linie die hygienische, dann etwa die wirthschaftliche und nationalöconomische Bedeutung dieser Fragen und dann erst die sittliche Wichtigkeit derselben hervorzuheben ist. Der sittliche Einfluss, den der Vegetarianismus auf den Menschen ausübt und ausüben muss, kann ja so nicht ausbleiben, sind nur erst einmal unsere Ansichten zur allgemeinern Geltung gekommen; aber diese eine Seite der Frage ist zu schwach, um sie als vornehmlichen Hebel bei Hebung der grossen Sache verwenden zu können.“

### Der Widerstand gegen den Vegetarianismus.

Bei unsern Forschungen über die Widerstandsgründe der Gesellschaft gegen die vegetarianische Lehre haben

wir uns häufig die Frage vorgelegt: „Welches ist der Hauptbeweis gegen unsere Lebensweise“, und wir haben herausgefunden, dass das „Ich liebe es!“ oder „Ich liebe es nicht!“ weit mächtigere Gründe für die Gesellschaftsmasse sind, als irgend ein anderer plausibler Beweis. Nach unserer Ueberzeugung giebt es jedoch überhaupt keine Gründe gegen das vegetarianische System, wohl aber eine Beweismasse zu seinen Gunsten. Die Wissenschaft erklärt sich dafür auf zahlreichen Wegen und dasselbe thun ihre leitenden Wortführer allerseits durch Darlegung ihrer Thatsachen, sie mögen Naturforscher, Physiologen oder Chemiker sein. Fast jeder macht in seinem besonderen Studienzweige Zugeständnisse zu unseren Gunsten, während er über seinem Fache fernliegende Dinge, von denen er folglich am wenigsten versteht, sehr häufig Trugschlüsse zieht.

Aber da steht das feste Bollwerk verjährter Gewohnheiten, mittelst welchem die Menschen sich vertheidigen! Es genügt der grossen Mehrheit Derjenigen, welche die Mittel in Händen haben, nach Belieben leben zu können, dass die Menschen „seit undenklichen Zeiten Thierfleisch genossen“ und dass „es ohne dasselbe kein vernünftiges Lebenssystem giebt;“ so sehen sie sich nothgedrungen, ihre Lebensweise fortzusetzen.

Es ist kein blosses Unglück für den Einzelnen, sondern trifft eben so sehr die ganze Gesellschaft, dass die Pflege der geistigen Begabungen des Menschen so unvollkommen geschieht und dass nur solche Fähigkeiten besonders entwickelt werden, welche auf die Selbstachtung, die Billigung der Welt und die Tugend der Geselligkeit Bezug haben, während das Wohlwollen und die Verehrung alles Guten und von der Natur Geheiligten dem Zufalle negativer Belehrung überlassen bleibt. Aber so lange nicht die ganze Natur des Menschen anerkannt und er als ein

Wesen begriffen wird, dessen sittlicher und körperlicher Zustand dieselbe Berücksichtigung verdient, wie seine geistigen und geselligen Beziehungen, so lange wird die Welt den Nachtheil haben, die Menschen Gebräuche vorziehen zu sehen, in welchen sie erzogen worden sind, auch wenn sie zu deren Unterstützung nichts weiter sagen können, als „ich liebe sie“, womit jeder weitere Vernunftgrund ausgeschlossen wird.

Es ist jedoch unsere feste Ueberzeugung, dass es nur einer geringen Beobachtung zu der Erkenntniss bedarf, dass des Menschen Glück nur durch Gehorsam gegen die ihm von der Natur eingepflanzten Gesetze gesichert werden kann und dass er nur in Harmonie mit ihnen den grössten körperlichen und geistigen Genuss zu erzielen vermag. Das Gegentheil wird die Folge, wenn Sittlichkeit und Geist der Herrschaft sinnlicher Begierden unterworfen werden und so die Ordnung des Menschenwesens verkehrt wird.

Zum Glücke für die Welt führt nicht die Mehrheit die Herrschaft über ihre Haltung, sondern die denkende Minderheit; so stehen denn Tausenden von Anhängern an Gewohnheit und sinnlichem Leben die vernünftigen Hunderte entgegen, welche die Welt in Bezug auf Geist und Sitte beherrschen und diese, die Hoffnung aller Vernunftsysteme, sind auch die grosse Hoffnung des Vegetarianismus in der Zukunft. Dem Menschen von hoher geistiger Begabung ist das vegetarianische System bei geringer oder gar keiner Erklärung einfach und verständlich und obwohl zwischen der Zustimmung durch den Verstand und der sittlichen Anerkennung seiner Vorzüge noch viele Schritte bis zur practischen Annahme liegen mögen, so setzt sich doch fast unveränderlich, wenn der Geist seinem eigenen Einflusse überlassen bleibt, jener Grad von Ueberzeugung fest, welcher unter günstigen Umständen sich schnell mit der Praxis des Systems identificirt.

Blicken wir auf verschiedene Einwürfe gegen das vegetarische System (weil wir den tiefgewurzelten Widerstand blosser Gewohnheitsmenschen übergehen können), so finden wir überhaupt keine triftigen Beweise, und wenn man uns sagt, dass unser Fortschritt nur langsam sein kann, weil er von der Bekehrung der Menschen zu höheren und edlern Zwecken als blosser sinnlicher und gedankenloser Befriedigung abhängt, so trösten wir uns mit der Thatsache, dass die Wahrheit immer nur langsam wächst und dass wir bei den geläuterten, geistigen und sittlichen Gefühlen der Gegenwart, bei dem allgemein menschlichen Fortschreiten auch das beständige Weitergedeihen unserer Sache nicht mehr in Zweifel ziehen können. Der einsichtsvolle Mensch kann sich nicht mehr verhehlen, dass der Aufbau des Körpers im Einklang mit den Grundsätzen der menschlichen Natur, um ihn zu einem des Geistes würdigen Tempel zu machen, von zu grosser Wichtigkeit ist, und er wird den Vegetarianismus als ein Mittel zu diesem rühmlichen Zwecke annehmen, weil er ihn als unzertrennlich von den höchsten und edelsten Phasen der Menschengeschichte erkennen wird.

E. Weilshäuser.

### Ist ein Anschluss des deutschen Vereines für naturgemässe Lebensweise an die Naturheilvereine rathsam oder nicht?

Auf dem nächsten in Berlin stattfindenden Vereinstage ist unter den zur Debatte gestellten Anträgen auch eine Berathung über die Vereinigung des deutschen Vereines der Freunde für die natürliche Lebensweise, also der Vegetarianer, mit den Natur-Heilvereinen in Aussicht genommen.

Es wird gut sein, wenn wir uns im Voraus unsere Stellung zu dieser wichtigen Frage klar machen, zunächst aber

uns selbst in Kürze zurückrufen, was wir wollen und erstreben.

Wir bedienen uns dabei der Worte unseres verehrten Baltzer, welcher die Frage nach unserer Aufgabe folgendermassen beantwortet:

„Dass wir als denkende Wesen unsere Gesamtlebensweise darauf ansehen, ob sie den Normen, den Gesetzen entspricht, die in der Natur aller Wesen, also auch in uns von Natur aus gegeben sind. Das Wachsthum der menschlichen Erkenntnisse — die Wissenschaft und die Erfahrung, auf der sie beruht — die That — zeigt uns, dass auch unser Leben, und zwar unser Leben in allen Beziehungen, in seiner ganzen Entwicklung, eine solche Grundnorm hat: ihre Erfüllung nennen wir die natürliche Lebensweise.

„Die natürliche Lebensweise bezieht sich also nicht bloss auf Nahrungs- und Genussmittel, sondern auf alle Bedingungen unseres leiblichen Wohles, ja sie bezieht sich ganz ebenso auf unsere geistige Natur, denn wir wissen, der Mensch ist eine einheitliche Natur, und die „Diätetik der Seele ist gleichwichtig wie die des Körpers.“ Dabei springt sofort in die Augen, dass wir es hier nicht mit dem kranken Menschen als solchem zu thun haben; das ist Sache des Arztes; sondern mit dem gesunden, oder vielmehr mit dem normalen. Freilich wird die Erkenntniss dessen, was normal für uns Menschen ist, ganz von selbst ein Fingerzeig für uns kranke Menschen werden und noch mehr eine Vorbeugung gegen alle verschneidbaren Uebel: aber das soll es auch. Und ebenso springt von selbst in die Augen, dass wir es nicht bloss mit der Norm des individuellen, sondern mit der des gemeinsamen Lebens zu thun haben, also mit der sogenannten socialen Frage im tiefsten und umfassendsten Sinne des Wortes.“

Wir wissen also, dass wir es nicht bloss mit der normalen Ernährungsfrage, wie mancher Neuling unserer Sache glaubt, zu thun haben, sondern dass wir zunächst für unser körperliches Wohlbehagen alle Bedingungen, also auch die äusseren Lebensreize, denen wir ausgesetzt sind, in normaler Weise zu erfüllen haben.

Diese Grundsätze vertritt mit uns der sich seit Kurzem gebildete Centralverein für naturgemässe Lebens- und Heilweise in Leipzig, wie wir sie in dem Aufsätze; „Unsere Grundsätze“ der Nr. 1 des „Volksfreund“, des Organes des genannten Vereines, niedergelegt finden. Aber diese Grundsätze dienen dem Verein im Besonderen zu dem Zweck, ihre Stichhaltigkeit an dem kranken Menschen zu erproben, indem sie als giltige für die normale Individualität, in logischer Folgerung eben so wirksam bei abnormen Zuständen die Veranlassung bilden, ihr unter Beihilfe des mächtigen Doctors, „des Wassers“, das in der verschiedenartigsten Weise zur Anwendung kommt, aus diesen hinaus und zur normalen Thätigkeit, zur Gesundheit, zurückzuführen.

In Ermangelung dieser Bestrebungen werden wir zu der Erkenntniss kommen, dass wir hier schon an einem Punkte angelangt sind, der ein Unterscheidungsmerkmal zwischen uns und den Heilvereinen aufrichtet, denn wir sagten oben mit Baltzer: „dass wir es nicht mit dem kranken Menschen als solchem zu thun hätten, der dem Arzte anheimfiele, sondern mit dem gesunden, d. h. dem normalen.“ Würden wir uns also ohne Berücksichtigung dieses Umstandes als Verein mit dem Heilverein verschmelzen, so würden wir uns eines unserer wichtigsten Grundsätze entäussern und uns in Widerspruch mit dem setzen, was wir als zu unserer Aufgabe gehörig erkannt haben.

Man entgegne uns nicht, dass wir mit unseren Bestrebungen kein genügendes Feld für eine dauernde Wirksamkeit

hätten und durch baldige Begrenzung einer solchen dahin gedrängt werden würden, eine lohnendere Thätigkeit in unserer Vereinigung mit naturgemässen Heilvereinen zu suchen. Wir haben oben angedeutet, wie umfassend unsere Aufgabe ist, an der wir zu arbeiten haben, und wir sind uns sehr wohl bewusst, wie unendlich viel es zu bessern giebt bei denen, die sich zwar noch lange nicht krank nennen, nach unserer Erkenntniss aber in vollem Masse zu denen gezählt werden müssen, bei denen anormale Lebensweise die entsprechenden Folgen an ihrem Wesen und ihrer Thätigkeit nur zu grell hervortreten lassen.

Giebt uns der beregte Punkt aber schon einen stichhaltigen Grund für ein ablehnendes Votum in der vorliegenden Frage, um wie viel mehr wird es erst ein zweiter thun, mit dem wir uns jetzt zu beschäftigen haben: der Ernährungstheorie.

Bekanntlich bildet diese, wir dürfen es nicht leugnen, das Fundament, worauf das System ruht, das wir vertreten, denn wir erkennen: Die Natur erschafft den Menschen, indem sie ihm erst in physischer Beziehung sein Recht zu Theil werden lässt, und dann der weiteren körperlichen Entwicklung die geistige vorbehält — und folgern dann weiter: dass nun und nimmermehr das Wesen, wodurch der Mensch zur Erscheinung kommt, seine physische Natur, den Gesetzen untreu werden dürfe, welche eine normale Erhaltung bedingen und in deren Beobachtung allein erst der vollkommene Einklang mit der geläuterten geistigen Natur in ihm erreicht werden kann.

Sehen wir uns nun in dem Organ des Heilvereines, dem erwähnten „Volksfreund“, um, welche Beachtung dort unserem Bekenntnisse: „der Mensch sei von der Natur zur Frucht-

nahrung bestimmt“ zu Theil wird, so finden wir, dass ihr stellenweise volle, ja unbedingte Anerkennung gezollt wird, dass die bösen Folgen der blutigen und Reizmittel-Diät oft genug hervorgehoben werden, aber wir lesen da auch, „dass man die Lehrsätze der Vegetarianer noch lange nicht als ein befriedigendes System der Diätetik gelten lassen könne“ — dass „uns vorläufig nur Enthaltung von Fleischnahrung fromme“ — „dass es viel wichtigere und dringlichere Verpflichtungen gäbe, als die persönliche Be-theiligung an der Agitation für blutlose Diät“ und „dass sich jeder Vegetarianer, der mit einem Gefühl von moralischer Ueberlegenheit auf den fleischessenden Bruder herabsähe, der Heuchelei schuldig mache.“

Wir haben leider guten Grund anzunehmen, dass die meisten Mitglieder des genannten Vereins diesen letzteren Behauptungen weit mehr beipflichten dürften, als den ersteren mit ihren in Widerspruch stehenden Zustimmungen unserer Anschauungsweise, ja, dass es ihnen in ihrer Majorität wohl nur auf das Masshalten und Vermeiden aller Extravaganzen der üblichen Diät ankomme. Hörten wir doch selbst neulich von einem hervorragenden hydropathischen Arzte, einem Naturheilvereinsmitgliede, dem Vegetarianismus das Zeugniß keiner Bedeutung für die Zukunft ausstellen.

Was ergibt sich aber aus diesen Wahrnehmungen? Die Thatsache, dass man noch nicht den Muth gefunden, auf dem Gebiete der Ernährungstheorie in derselben Weise wie auf dem der Therapie zu folgern, dass man den Gesetzen der Natur zu dienen und zu gehorchen habe, wenn man an Leib und Seele gesund bleiben wolle, dass man sich scheut, Rausses anerkanntes Gesetz: „Krankheit ist Abweichung vom normalen Wandlungsprozess“ bis in seine äus-

sersten Consequenzen, nämlich der Frage, was denn den normalen Wandlungsprozess bedinge, zu verfolgen, dass man ferner Theodor Hahn's treffliches Wort: „Es giebt keine künstlichen Heilmittel, sondern nur ein natürliches Heilgesetz“ wohl bewundert, aber es nicht wagt, daraus das naheliegende zu folgern: „Es giebt keine künstlichen Nahrungsmittel, sondern nur solche, auf welche die Naturgesetze hinweisen“.

Und fragen wir nach dem Grunde solcher Halbheiten auch bei denen, die mit uns das aufrichtige Bestreben haben, der Wahrheit überall näher zu kommen und die Völker den auf sie lastenden Banden physischer und sittlicher Verkommenheit zu entreissen?

Wir können ihn nur in der ungeheuren Macht erblicken, womit eine nun bald nach Jahrtausenden zählende widernatürliche Diät unser gefälschtes instinktives Begehren nach Speise und Trank beherrscht, und uns zu Gunsten desselben gerne da ein Auge zudrücken lässt, wo wir uns sagen können: „Weshalb denn auf alle Genüsse, die uns Essen und Trinken nun einmal verschaffen, verzichten, wenn man bei nöthiger Vorsicht und Mässigkeit sich leidlich obenauf halten, ja unter Umständen alt und grau dabei werden kann? — während wir das andere Auge wohl auch noch gar verschliessen, wenn man uns bei Seite nimmt und auf das namenlose Elend und verkümmerte Lebensglück Ungezählter hinweist, die schon siech zur Welt gekommen, nun durch die fleischliche Diät mit allen ihr nothwendigerweise anhaftenden widernatürlichen Reizmitteln einer normalen Umwandlung für alle Zeiten einen Riegel vorgeschoben haben. Ja wir vermuthen es, dass viele unserer Strebensgenossen zurückgeschreckt sind, sich mit der naturgemässen Diät ihren Mitmenschen zu nahen, weil sie fürchteten, dass man sie bei der Zu-

muthung des Enthaltens vom Fleischgenusse ohne Weiteres auslachen würde, während sie bei der Vertretung der auch dem Fleischesser zusagenden äusseren Lebensreize, Luft, Licht, Wärme, Wasser und der Begründung des Naturheilverfahrens, so weit es darauf fusst, weit eher auf Erkenntniß und Eingang rechnen durften. Aber man liebäugelte auch wohl noch selbst mit den süßen Gewohnheiten des Ueberkommenen zu sehr, und erfand zur Verdeckung das Mäntelchen von der „Nothwendigkeit des Verzichtleistens auf Geselligkeit“, „von der Unterwürfigkeit unter diätetische Dogmen“, „von weit besserer Beschäftigung, als der Agitation für blutlose Diät“ u. s. w. In Wahrheit aber fühlte man sich nicht stark genug, offen und freimüthig zu bekennen: Weg mit der fleischlichen Diät und allem sich aus ihr ergebenden Widernatürlichen, und Rückkehr zur Befolgung der Naturgesetze auch auf dem Gebiete der Ernährung! —

Da man nun aber zur Zeit eben jenes Bekenntniß noch scheut, so ergiebt sich daraus mit Nothwendigkeit, dass eine Vereinigung unseres Vereins mit dem gedachten Naturheilverein unsern klar und deutlich ausgesprochenen Bestrebungen nur zum Schaden gereichen und beiderseits Verwirrung anstiften würde.

Etwas ganz anderes ist es, wenn die hier behandelte Frage an den Einzelnen gestellt wird. Diesem kann es unbenommen bleiben, auch die Bestrebungen der Heilvereine zu unterstützen und sich ihnen anzuschliessen; ja wir können sogar aufs Wärmste dazu ermuntern, denn es ist nicht einzusehen, weshalb Jemand nicht dafür wirken soll, dem Naturheilverfahren bei seinen leidenden Mitmenschen Eingang zu verschaffen und zur Beseitigung der Anwendung der instinktwidrigen Arzneimittel beizutragen, wenn ihm nicht verwehrt ist, seine Grundsätze in der Ernährungsweise aufrecht zu erhalten. Im

Gegentheil, wir können es nur im Interesse unserer Sache wünschen, dass recht viele von uns sich in den Heilvereinen Eingang verschaffen, denn da wir ja nicht ohne Genugthuung auf das seit Beginn unserer Agitation in Deutschland Erreichte zurückblicken können, so haben wir ja auch hier erst recht Aussicht, für unsere Anschauungen Raum zu gewinnen.

Erklären wir daher auf unserem am 1. Juni in Berlin stattfindenden Vereinstage:

Ein Anschluss des deutschen Vereins für naturgemässe Lebensweise (Vegetarianer) an den Centralverein für naturgemässe Lebens- und Heilweise in Leipzig ist zur Zeit noch nicht thunlich, der des Einzelnen von uns jedoch zur Verbreitung unserer Anschauungen auf dem Gebiete der Ernährung durchaus geboten.

Weisse.

### Fleischfresser.

Brehms Thierleben, 1. Band, Seite 317: „Die Raubthiere. Hunde“, enthält folgendes Citat aus Giebel, Prof. der Zoologie zu Halle.

„..... Ausser in anderen Eigenthümlichkeiten liegt bei den fleischfressenden Raubthieren eines der entschiedensten Kennzeichen in dem sogenannten Fleischzahn, welcher nur in dieser Familie überhaupt vorkommt, und in dessen Verhältniss zu den dahinter folgenden stumpfhöckrigen Kauzähnen. Wir erkennen darin die sichersten Sippen- und Artunterschiede. Je spitzzackiger der Fleischzahn ist, desto weniger entwickelt, kleiner und unbedeutender sind die Kauzähne, und ebenso genau und sicher spricht sich dieses Verhältniss der charakteristischen Zähne an dem mehr oder weniger blutgierigen, bösartigen und grimmigen Naturrell der betreffenden Thiere aus. Man kann mit dem Millimetermass die Grösse

der einzelnen Zacken der Zahnkronen und diese selbst messen, und wird noch an Dutzenden von Schädeln ständige Eigenthümlichkeiten in diesem Verhältniss finden. Bei den Rassen des Haushundes ist eines Theils der Fleischnahn grösser als beide Kauzähne zusammen, bei anderen aber kleiner, bei noch anderen haben beide dieselbe Ausdehnung nach der Längsaxe des Kiefers. Solche Unterschiede weisen allein schon bei allen lebenden Raubthieren mit Entschiedenheit auf artliche Eigenthümlichkeiten und berechtigen den Vorweltkundigen bei einzeln versteinert vorkommenden Kiefern, mit befriedigender Sicherheit auf das Wesen des untergegangenen Thieres und dessen Verwandtschaft mit dem nächststehenden lebenden und vorweltlichen zu schliessen. Die Messung der einzelnen Kronenzacken der Zähne wird stets das aus der bezüglichen Grösse der Zähne selbst gefundene Ergebniss weiter bestätigen. . . . . Die angedeuteten Unterschiede im Naturell der Hunderassen sprechen sich gleich auffällig in der übrigen Bildung des Schädels aus, das raubgierige Thier mit starkem Gebiss bedarf kräftigere Kiefermuskeln, um diese grössere und bezeichnetere Ansatzpunkte im Schädel als das sanftere und gutmüthigere mit feinen Zahnformen.“

. . . . . Die Unterschiede in den Weichtheilen der Hunderassen in Form und Grösse des Magens und Darmes, der Leber und Milz, der Lunge und des Herzens, der Nieren und Geschlechtstheile, des Nerven- und Muskelsystems aufzuzählen, dazu fehlen hinlängliche Beobachtungen. Wir haben zwar ausgezeichnete thierärztliche Anstalten, reichbegabte Hochschulen, vortrefflich mit Hilfsmitteln und Kräften ausgestattete Zergliederungsanstalten, aber eine vergleichende Zergliederungskunde der Hunderassen fehlt der heutigen Höhe der Wissenschaft noch gänzlich. Kein ausgesetzter Preis fördert hier, kein

Thierzergliederer stellt die charakteristischen Präparate auf; die Organisationen unserer Haus- und Stubengenossen, der treuesten Wächter unseres Eigenthums, unserer ergebensten Diener, unserer theilnehmendsten Freunde aus dem Thierreiche finden noch keine ernstliche Theilnahme, obwohl ihre gründliche Erkenntniss die höchsten und wichtigsten Fragen der Wissenschaft berührt. Meine hierauf bezüglichen, erst nur an drei Rassen angestellten Untersuchungen, welche bei dem Mangel der nöthigen Hilfsmittel und bei der nothwendig gewordenen weiteren Ausdehnung meiner wissenschaftlichen Forschungen nur äusserst langsam fortschreiten, bestätigen indess schon, als erste Versuche die Ergebnisse, welche aus dem Bau der Zähne und des Geripps gewonnen sind, dass nämlich auch in den Weichtheilen die Hunderassen sehr weit über die Grenzen der Rassenabänderungen und Spielarten hinausgehen. Und sind dann nun nicht auch Naturell und Lebensweise, welche sich auf den verschiedenen Leibesbau gründen, in der grössten Verschiedenartigkeit in den Hunderassen vertreten? Wir haben Allesfresser, Pflanzenfresser und Fleischfresser unter den Haushunden; die Südseeinsulaner sind entschiedene Pflanzenfresser, die kamtschadkalischen- und Eskimohunde entschiedene Fischfresser; die Hunde auf Juan Fernando fressen nur Seehunde und dem aufmerksamen Beobachter wird es nicht entgehen, dass selbst von unseren einheimischen Haushunden, obwohl dieselben von Jugend auf an gemischte Kost gewöhnt, einige Rassen entschiedene Fleischfresser sind, andere Gemüse vorziehen und dabei besser gedeihen.

Das wilde, bösartige Wesen des Bergamasker- und Punahirtenhundes, des Dingo und Nippon steht im auffallendsten Gegensatz zu dem sanften unseres Pudels, die Gelehrigkeit dieses im schroffen Gegensatz

zu der Dummheit des gemeinen Hofhundes, in ebenso so grellem der Gesichtsausdruck der verschiedenen Rasse.“

Brehm, Thierleben I. Band S. 232 sagt:

„Es ist merkwürdig, dass ein so gewaltiges Thier wie der Tiger gewöhnlich auch einer leichten Verwundung erliegt. Ein angeschossener Tiger geht fast regelmässig zu Grunde. Dabei wirken freilich noch andere Ursachen mit. In jenen heissen Ländern ist das Heer der stechenden und blutsaugenden Kerbthiere selbstverständlich ein weit grösseres, als bei uns. Hunderte von Fliegen beeilen sich ihre Eier an den Rändern der Wunde abzulegen. Da entstehen denn schon am 2. Tage die bösartigsten Geschwüre. Es stellt sich Wundfieber ein, und das Thier geht zu Grunde, selbst wenn die Kugel keinen einzigen der edleren Theile getroffen hat . . . . .“

„Der Leichnam des Tigers soll, wie allgemein versichert wird, ausserordentlich leicht in Fäulniss übergehen. Man hütet sich deshalb sorgfältig, einen erlegten Tiger den Strahlen der Sonne auszusetzen oder auf einen von ihr beschienenen freien Platz zu legen. Schon nach wenigen Minuten, so behauptet man, gehen, wenn man diese Vorsicht verabsäumt, die Haare in grossen Ballen aus und bereits wenige Stunden nach dem Tode macht sich die vollständigste Fäulniss bemerklich. Jeder getödtete Tiger wird deshalb sogleich mit einem dichten Haufen von belaubten Zweigen bedeckt und sobald als möglich abgestreift.“

Ebenda Seite 246 heisst es vom Jaguar:

„Ihr Athem hat, wie bei fast allen Raubthieren, einen üblen Geruch, ebenso das frische Fell, das Fleisch und Fett, der Harn und der Koth. Der Geruch des Fettes ist so durchdringend, dass man Füchse, Meerschweinchen und andere Thiere vertreiben kann, wenn man

nur einige Bäume in deren Wohnkreise damit bestreicht. Auch selbst muthige Pferde springen scheu zurück, wenn man ihnen solches Fett unter die Nüstern hält. S. M.

„Im Herbst v. J. berichtete dies Blatt über Versuche einiger Professoren, als deren Ergebniss einige nur mit Brod gefütterte Hunde dem Hungertode nah' gebracht und Katzen in der That dabei verhungert waren. Gegner oder Nichtkenner des Vegetarianismus möchten dies Experiment als Beweis gegen denselben anführen, während es in der That nur die Herzlosigkeit und die mangelnde Logik der bisherigen Naturforscher beweist. Dass diese Thiere umkommen, wenn allein mit dem faden Gebäck gefüttert, das oft für Brod ausgegeben wird, noch dazu in der Gefangenschaft, ist leider wahr — und hätten die Professoren sich selbst sagen oder von einem Bauernjungen von einiger Gescheidtheit erfragen können. Vielleicht hätte dieser hinzugefügt, dass Hirtenhunde fast nie Fleisch erhalten, weil sie danach ganz augenscheinlich träge und schwerlernend und gegen das Wetter empfindlich werden — und dass diejenigen Mitglieder der sogenannten Menschheit, welche das Schlachtvieh mit Hundefuhrwerk transportiren, obgleich es an thierischen Abfällen nicht fehlt, doch für baares Geld ihren Hunden Brod kaufen müssen, aus demselben Anlass.

Ich hab' ein paar Windspiele, 3 und 1 Jahr alt, nur mit Brod ernährt, d. h. mit solchem aus ungesiebten Mehl und nicht durch Hefenzusatz verschlechtert, dazu im Sommer einige Beeren und Winters ein Stückchen Apfel oder eine Tasse Kirschsuppe — ausser dem Hause fällt ihnen Nichts zu, da sie Maulkörbe tragen, nach den hiesigen Verordnungen, welche ich mit Drath durchflochten habe. Dabei sind sie wohlgenährt, munter, muthig und harmlos und haben im vergangenen

Sommer und Herbst, als ich zur Herstellung meiner Gesundheit sehr weite Fusstouren machte, im Hin- und Herspringen den Weg vervielfachend, manchen Morgen vor dem Frühstück, zwischen 3 und 8 Uhr, vielleicht 20 Meilen gelaufen und ebenso viel und ebenso munter am Abend. Ein herrenlos gewordener Hund von der Scotch Grayhaend Rasse, lebte im 9. Sommer nur von Früchten, besonders von gelben Wurzeln und Fallobst in den Gärten vor der Stadt, und war dabei ein Muster von Schönheit und Stärke, leider durch schlimme Erfahrungen sehr menschenscheu.

Fleisch hätte derselbe genug finden können, auf der Abdeckerei, die neben jenen Gärten lag, ging aber durchaus nie darnach. Schliesslich, als die Klagen über seine Missethaten in den Gärten sich häuften, gelang es dem Scharfrichter knecht, mit vieler Mühe und List, ihn durch einen Büchenschuss zu tödten. — Rückkehrend zu dem eigentlichen Thema, bin ich überzeugt, dass es innerhalb der Grenze menschlichen Forschens und Wissens nicht einen einzigen Punkt giebt, auch nicht im Gebiet der Physiologie, soweit diese überhaupt vernünftige Zwecke verfolgt, den es nicht möglich wäre, zu erhellen, ohne jene ruchlosen Thierquälereien, welche ihre Verüber, die Dreistigkeit besitzen, „wissenschaftliche Untersuchungen“ zu nennen, und die andere Gedankenlosigkeit, sie dafür zu halten. Wahrlich, die Welt wäre ein grossartiges Pfluschwerk, wenn jene Recht hätten und die Wahrheit durch schlechte Streiche zu erforschen wäre.

Mit dem Katzengeschlecht schliesslich, habe ich mich nie befasst, meiner persönlichen Ansicht nach würde auch dies bei Annahme der Pflanzendiät wohl berathen sein. (?)

Gustav Schall.

### Wohllaut.

Es ist uns von dem höchsten Interesse, zu beobachten, wie nicht nur eine allmähliche Abweichung in der körperlichen Beschaffenheit, sondern vor allen Dingen auch in der geistigen Begabung, in dem Temperament und Charakter ganzer Völkerschaften in Folge ihrer Hauptnahrungsweise ist.

Der sanfte Hindu verabscheut den Genuss des Fleisches, als seiner Gottheit nicht wohlgefällig — nicht aber hat ihm seine milde Religion erst die Tödtung der Thiere verboten, sondern wahrscheinlicher ist es anzunehmen, dass seine moralischen und staatlichen Ansichten und Einrichtungen erst die Frucht der Lebensweise seines Volkes geworden sind, welche aus irgend welchem natürlichen Zwange oder irgend welcher natürlich bedingten Vorliebe Reis und Früchte als die zweckmässigsten Nahrungsmittel ergreifen liessen. Wie himmelweit verschieden von ihm stellt sich der Charakter des amerikanischen Indianers dar, dessen Leben und Wohlbefinden nicht von dem Ertrage der Pflanzenwelt, wohl aber von den Ergebnissen der blutigen Jagd abhängt.

Die Sprache selbst, das bewundernswürdige Werk der geistigen Kräfte der Menschheit, sie ist ein Beweis, wie unendlich bedeutsam es für den Bildungsgang eines Volkes ist, mit was für Stoffen derselbe seinen Hunger stillt. Wie es keinen Raubvogel giebt, der im Stande wäre, unser Ohr durch angenehmen Gesang zu erfreuen, sondern nur den sich meist von Pflanzen nährenden Vögeln der Wohllaut einer melodischen Stimme eigen ist, so verliert auch die menschliche Zunge ihre Beweglichkeit bei fortgesetzter Fleischnahrung, und die Sprache der Thrantrinkenden und Robbenspeck essenden Polarvölker erscheint hässlich neben der reinen klangvollen Ausdrucksweise der Bewohner warmer Landstriche. Es ist nicht zufällig, dass die besten Sänger und Sängerinnen aus Italien zu uns

kommen. Die Anlage zum Gesange findet sich überhaupt da, wo eine leichte Nahrung zu leichtem Blute und heiterem Sinne wird, und die Freiheit, deren die leicht bewegliche Zunge mächtig wird, gestattet dann, unter allen Mitteln die schönsten zu Ausdrucksmitteln der inneren Vorgänge des Menschen zu wählen. So entsteht das herrliche Gleichmass zwischen Vocalen und Konsonanten, dass wir im Klange des Sanskrit, der alt griechischen und lateinischen, und unter den lebenden Sprachen besonders bei den spanischen und italienischen Dialecten bewundern, und dass selbst sich schon aus der Sprache von Völkern zu erkennen giebt, die sonst noch, wie die Eingebornen auf den Freundschaftsinseln, einer niedrigen Kulturstufe angehören, während das unbehülfliche Organ derjenigen Stämme, denen die Natur ihres Wohnorts eine schwere Nahrung bereitet, entweder in unangenehmen eintönigen Vokallauten oder in geräuschvollem Gebrauche schnarrender und zischender Konsonanten sich ausdrückt. Buch der Erfindungen, Bd. I., S. 22.

Neumann.

### Was und wieviel?

Auch bei der blutlosen Diät bleibt das was und wieviel eine Frage von hohem Interesse, welche nicht blos vom „Appetit“, sondern von der Wissenschaft beantwortet zu werden verdient. Der academische Docent, Herr Dr. med. Winteritz in Wien unterzieht sich mit lobenswerther Unbefangenheit der exacten Untersuchung dieser Frage und hat in unserem Mitgliede Herrn Koffer in Wien, einem alten, festen Vegetarianer, seinen Mann als Versuchsobject gefunden. Derselbe „führt seinen Entschluss mit grosser Consequenz und bedeutender normaler Kraft“ seit bereits zwei Jahren in der Weise durch, dass bei streng geregelter Lebensweise sämtliche Nahrungseinnahme resp. Ausgabe täglich genau bestimmt und notirt wird

und zwar mit wissenschaftlicher Exactheit. Diese Untersuchungen werden noch fortgesetzt und sollen im Detail veröffentlicht werden. Die Ergebnisse sind dem Vegetarianismus ebenso günstig als sie gegenüber beiden Herren dankenswerth sind. Wir kommen später darauf zurück. Einstweilen verweisen wir wiederholt auf die Abhandlungen des Herrn Dr. Winteritz in der „Wiener Med. Presse“ und theilen aus No. 18 folgende Probe mit:

Das Körpergewicht unseres Versuchs-Objectes, schwankte bei vollständigem Wohlbefinden desselben, gleichmässiger Kraftausgabe und anderweitig gleichem Verhalten, bei vollständiger Befriedigung des Nahrungsbedürfnisses, mit gemischter vegetabilischer Kost, bestehend aus Gemüse, Hülsenfrüchten, Obst und Farinaceen in gleicher Menge, nach bereits längerer Zeit unveränderter Diät, zwischen 116 Pfund 120 Grammes Z. G. und 118 Pfund 180 Grmm., variirte also im Maximum um 2 Pfund und 60 Grammes in 8 Tagen.

Wurde nun bei soweit stabilem Körpergewichte, zu einer ausschliesslichen Milchnahrung übergegangen, wobei die grösste ohne Beschwerden zu ertragende Quantität von 3000 CC. in 24 Stunden genommen wurde; so sank das Körpergewicht in den ersten 8 Tagen bei dieser Diätform um 118.100 bis 113.250, also um 4 Pfund und 350 Grammes.

In der folgenden Woche sank das Körpergewicht wohl noch etwas, doch verhältnissmässig weit weniger, um alsbald mit geringen Schwankungen stabil zu bleiben. Der Körper hatte sich mit der ihm gebotenen Nahrung fast ins Gleichgewicht gesetzt.

Jede Zugabe zu dieser einseitigen Nahrungsweise bewirkte jetzt eine weit grössere Gewichtssteigerung, als dies bei der gemischten Diät und dem höheren Körpergewichte der Fall war.

Ganz dasselbe Verhältniss machte sich bemerkbar bei dem Uebergange von einer gemischten vegetabilischen



Diät und hohem Stande des Körpergewichtes (118 Pfund), wenn nun blos Grahambrod und Wasser in der Menge, in welcher es Herr Koffer zu bewältigen vermochte, gegeben wurde. Ganz parallel, wie bei der ausschliesslichen Milchdiät, sank nun das Körpergewicht in den ersten 8 Tagen um mehr als 4½ Pfund, um in den nächsten 8 Tagen noch etwa um ½ Pfund ganz allmählig zu sinken und schliesslich bei geringen Schwankungen auf dem so herabgesetzten Gewichte stabil zu werden.

Eine verhältnissmässig sehr geringe Zuthat, beispielsweise von Milch, trieb nun in raschem Tempo das Gewicht in die Höhe, und zwar viel höher, als es vor Beginn der einseitigen Diät gestanden war.

Am raschesten aber nahm der Körper an Gewicht zu, wenn derselbe, nachdem er durch strenge ausschliessliche Milch- oder Brodnahrung beträchtlich abgenommen hatte, nun auf die früher gewohnte vegetabilische gemischte Kost gesetzt wurde.

Im Verlaufe eines solchen Wechsels stieg das Körpergewicht von 113 Pfd. 50 Grammes über 121 Pfd. im Verlaufe von 8 Tagen. Es ergiebt sich daraus, dass der Körper sich mit jeder Quantität von Nahrung ins Gleichgewicht zu setzen strebt, dass er sein mittleres Gewicht aber sofort wieder zu erlangen sucht, sobald ihm die ausreichende Nahrung geboten wird, und dass dies um so lebhafter und rascher geschieht, je mehr der Körper zuvor an Gewicht und Substanz verloren, je weiter er von seinem Normalgewichte entfernt ist. (E. B.)

### Polenta.

Turin, 16. April. Guten Freunden von Ihnen (Baltzer) und unserm Verein offerire auch ich mit Vergnügen bei allfälliger Durchreise durch hiesige Stadt meinen Tisch, wo eine wohl den meisten unbekanntere Speise eine Hauptrolle spielt; es ist die Po-

lenta, bestehend einfach aus Maismehl, in siedendem Wasser zu einem bereits festen Brei gekocht, ohne Zusatz, ausser ein wenig Salz, das wir aber auf ein Minimum reduziert haben. Dies ist eine äusserst schmackhafte, nährende, gesunde Speise, die dem Grahambrod würdig zur Seite gestellt werden kann. Die Polenta bildet für die Bauersleute, namentlich in Piemont, die Hauptnahrung. Die Arbeiter, die mit den mühevollsten Arbeiten belastet sind, essen zwei bis drei mal täglich Polenta mit Obst, sind dabei gesund und stark, zeichnen sich durch Thätigkeit aus. Es ist dies merkwürdig und unbestreitbar. Tausenden und Tausenden ist hier in Ober-Italien diese einfache Speise die bereits ausschliessliche Nahrung, und wie kerngesund und rüstig diese Leute sind! Meinem jüngsten Mädchen wurde die Muttermilch im dritten Monat nach seiner Geburt mit weicher Polenta ersetzt; mit einem Apfel, fein darauf zermalmt, bildete dies gleich seine Lieblingspeise und gedieh dabei zum Erstaunen. Dies letzte Kind hat seine Existenz ganz vegetarianisch begonnen. Dasselbe hatte vor 14 Tagen mit unsern zwei ältern Kindern die Masern, die hier allgemein herrschen. Diese Krankheit ging aber in wenig Tagen, ohne Fieber, merkwürdig leicht vorüber; Die Kinder schliefen ganz ruhig wie sonst, und der Appetit selbst wurde nicht gekürzt. . . . Anton Kuster, vom Hause U. Geisser & Co. (Banquier). Meine Wohnungsadresse: via San Secondo N. 2 nahe beim Centralbahnhofe.

(Diese Correspondenz ist wie Costanziella (S. 99) und hundert andere That-sachen, z. B. Liebigs directen Versuche (chemische Briefe 523) Hr. Dr. Langerhans in der Berl. Börsenzeitung empfohlen. (E. B.)

### Salz!

Adolf von Wrede, auf seiner Reise durch Südarabien, fand, dass die „halbnackten Araber“ den heftigen Temperaturweehsel (von 30° bis fast auf den Nullpunkt) zwischen Hoch- und Tiefland und den (von „fast immer 20°“) zwischen Tag und Nacht sehr gemüthlich ertrugen, obgleich sie oft unter ganz freiem Himmel schlafen, „ohne andern Schutz, als den ihrer dünnen Wollendeken“. Die Reisenden bereiten sich einen dünnen Kaffee, „von andern warmen Lebensmitteln war nicht die Rede.“ Aber „die Beduinen begnügen sich mit Datteln oder mit getrockneten Haifischfinnen, deren man grosse Massen von der ozeanischen Küste in das Innere führt“. Manches Interessante bietet diese Reise, wir wollen hier aber nur des Salzes gedenken. Bei besonderen Festen oder Veranlassungen schlachten die Beduinen mal einen Hammel und verlosen die Portionen. „Das Fleisch ist dann noch roh. Die Beduinen essen es aber so am liebsten. Ebenso essen sie es stets ohne Salz; sie finden sogar den Gebrauch des Salzes lächerlich. Wenigstens fanden sie es stets sehr sonderbar, wenn ich Salz zu meinen Speisen nahm.“ „Diese Bemerkung Wrede's, — fährt der Bericht-erstatte v. Maltzan fort, — fand auch ich auf meinen Reisen bei andern Arabern bestätigt. In der Regentschaft Tripolis tractirte ich einmal einige Landleute mit harten Eiern, die sie sehr dankbar annahmen; aber von dem dargereichten Salze wollten sie nichts wissen, sondern lächelten mitleidig, als ich ihnen sagte, dass wir Europäer Salz zu Eiern stets nothwendig erachteten. Dies widerspricht sehr der Meinung vieler unserer Aerzte, welche Salzgenuss als zur Gesundheit durchaus unentbehrlich halten, denn die Beduinen Wrede's und meine Tripolitaner „waren auch ohne Salz so gesund wie die Fische.“ Globus XVI., 18, S. 280 ff. E. B.

### Aeratedbread.

In London und jetzt leider schon auf dem Continente giebt es Compagnien, die im Grossen obiges Brod backen, dasselbe wird durch Kohlen-sauresnatron statt Hefe in Gährung oder zum Aufgehen gebracht. Als ich vor 8 Jahren hier das Brod versuchte, erfuhr ich folgende Wirkung: ich lebte damals nur von Brod und Wasser; nachdem ich es den ersten Tag gegessen, schlief ich die Nacht sehr unruhig und wenig, als hätte ich grünen Thee getrunken, nach dem Genuss des 2. Tages schlief ich die 2. Nacht durchaus nicht. Ich unterbrach meinen Versuch mit gewöhnlichen Waizenschrotbrod, Braunbrod hier genannt, wiederholte ihn nach einigen Tagen, zum 2. und 3. Male und hatte jedesmal dasselbe Resultat. Eine ähnliche Wirkung hatte diesen Sommer in München auf mich das sogenannte Liebigbrod, durch seine empfohlene Hefe zum Aufgehen gebracht, derselben ist sogar Phosphor zugesetzt. Jetzt macht aerated bread bei mir dieselbe Wirkung und freue ich mich, dasselbe mit Grahambrod vertauschen zu können, welches ein benachbarter Bäcker für mich bäckt und köstlich schmeckt.

London, Februar 1870.

Hermann Milberg.

### Honig.

„Schon aus den ältesten Zeiten haben wir Ueberlieferungen, welche das Vorkommen giftigen Honigs beweisen, während über die chemische Natur des giftigen Bestandtheils wenig oder nichts bekannt ist (!). Dass der Genuss von Honig in verschiedenen Ländern, zuweilen bei verschiedenen Personen, gefährliche, selbst tödtliche Zufälle veranlasst, steht zweifellos fest. Boerhave, Galdenstedt, Lambert, Saint Hilaire, Seringe, Tournefort, Züsser geben Beispiele solcher Fälle an; Barton theilte 1790 aus Florida, Pensylvanien, Phila-

delphia, Fälle zum Theil mit rasch tödtlichem Ausgang mit.

Noch früher erwähnt schon Xenophon, dass 10,000 Griechen auf den Genuss von sogenanntem „Mel ponticum“ bei der Belagerung von Trebisonde in wilde Delirien verfielen. Auch Plinius spricht von „Mel virosum“: „qui edere, abjiciunt se humi, refrigerationem quaerentes.“ Auch Aristoteles und Dioscorides machten derartige Beobachtungen. . . Die auf den Genuss geringer Mengen giftigen Honigs auftretenden Erscheinungen waren meist narkotisch-irritirender Art (Erbrechen, Durchfall, Schwindel, Gesichtsverdunkelung, Delirium, Convulsionen, Paralysen etc.). Hasselt, Giftlehre, ed. Henkel, II, 153 f. E. B.

### Zähne!

Nach dem grossen Worte von Lartet und Christy: Reliquiae Aquitanicae, London 1865—69, berichtet das „Ausland“ 1870 Nr. 1 unter Anderem, dass zur Zeit, als das Rennthier in Frankreich noch zu Hause war, dort Menschen lebten, von denen neuerlich in Höhlen Gerippe aufgefunden sind. Der interessante, mit Abbildungen versehene Bericht zeigt, dass diese sogenannten Rennthierfranzosen von ausserordentlich starkem Körperbau waren, mit einer schönen, nicht affenähnlichen Schädelbildung (Langschädel), dass sie von Jagd und Fischfang lebten, kurz, athletische Wilde waren und Fleischesser, aber — zahnkrank. „Vermisst werden alle Zähne bis auf einen Stumpfen im Oberkiefer, — so heisst es von dem abgebildeten Exemplar, — doch sind sie erst nach der Beerdigung ausgefallen; der einzige übrige Zahn ist aber tief hinunter abgerieben, auch enthalten einige der Zahnhöhlen noch abgebrochene Wurzeln. Nach der Höhle des einen Schneidezahnes erstreckte sich eine Fistelöffnung und Knochenfrass zeigt sich zwischen dem letzten linken vordern und ersten hintern Backenzahn.

Der alte Mann hatte also nicht bloss am Knochenfrass, sondern auch an schlechten Zähnen gelitten!“ Woher haben diese ältesten Bewohner Europas diese Krankheit, während die „wilden“ Fruchtesser Polynesiens die gesundesten Gebisse zeigen, ausser wenn sie durch Bethelkauen sie verderben? — E. B.

### Liebig's Fleischextract

In Dr. Bettelheim's medicin.-chirurg. Rundschau (siehe oben S. 281), kommt Herr Sigm. Exner bei Besprechung der Kemmerich'schen Untersuchungen über die Fleischbrühe (siehe oben S. 167) ebenfalls (S. 62) zu dem Ergebniss, dass „Liebig's Fleischextract bei Abwesenheit sonstiger Nahrung nicht nur nicht zur Erhaltung des Lebens beiträgt, sondern dass derselbe, — wahrscheinlich in Folge des erhöhten Stoffwechsels und der intensiveren Arbeit des Herzens, Folgen, die, wie wir sahen, sein Genuss nach sich zieht, — den Ablauf des Lebens noch beschleunigt.“ Aber der Humbug mit Liebig's Fleischextract dauert fort! — E. B.

### Kalt Wasser.

In derselben „med.-chir. Rundschau“ berichtet Herr Exner S. 62 ff. über die experimentellen Untersuchungen der Herren Hermann und Ganz über die Folgen der Einführung kalten Wassers in den Magen. Sie entscheiden die schwebende Streitfrage, ob das Kalttrinken schädlich sei, bejahend. Sie weisen nämlich nach, dass das eiskalte Wasser einen heftigen stossartig wirkenden Blutdruck hervorbringt, ähnlich der Wirkung kalter Douche auf die Haut, und dass dieser zum Springen der Blutgefässe namentlich im Gehirn führen könne, sei nicht zu bezweifeln. Alles Extreme ist schädlich. E. B.

**Bern.** Herr von Tschärner nahm einen längeren Aufenthalt bei Herrn Dr. Kuhn, in dessen Heilanstalt Seon, Kanton Aargau, von der Eisenbahnstation Wildeggen, (Zürich-Aken) in 1 1/2 Stunde leicht zu erreichen und bittet Gesinnungsgenossen ihn und die Anstalt des Herrn Kuhn zu besuchen und unter Anderem den S. 282 d. Bl. ausgesprochenen Wunsch ermöglichen zu helfen. E. B.

**Th. Hahn** hat sich gegenüber Herrn Prof. Kussmaul in Freiburg das Verdienst erworben durch eine Reihe Artikel im Oberrheinischen Courier die Impfung und den Impfwang in seiner Verderblichkeit darzulegen, wie das auch Herr Belitski in der Nordhäuser Zeitung gethan. Hahn's Artikel werden als besondere Broschüren erscheinen. Wir machen darauf aufmerksam, weil sie besonders die sprechenden That-sachen der Uebertragung der Syphilis durch die Impfung darlegen und gesundes Blut, also Vegetarianismus, ist der beste Schutz gegen Pocken und gegen alle Krankheit. E. B.

**Dem deutschen Verein für naturgemässe Lebensweise** traten bei: Herr Justus Spiethoff, in Firma: Spiethoff & Krahe in Düsseldorf; Herr Mänhardt, Bielitz; Fräulein Emma Dünkel nebst Schwester in Stargard; Herr Joh. Phil. Steinberg, Kaufmann in Norden; ausgeschieden Herr H. Goos in Schleswig. Zur Vereinskasse gingen ein: von Hrn. J. S. in D. 5 Thlr., von Hrn. R. R. in H. ein Ueberschuss: 10 Sgr., von Geschwister D. in St. 2 Thlr., von Herrn Br. in D. 1 Thlr., von Herrn C. S. in Schlesw. 1 Thlr., von Herrn L. End. in G. 1 Thlr., von Hrn. O. B. in Prag 3 Thlr.

**Der Vorstand.**

### Vereinstag.

Unter Bezugnahme auf unsere Mittheilung in voriger Nr. laden wir hierdurch nochmals zum diesjährigen Vereinstag nach Berlin ein! Zeit: der neunte Juni; Lokal: Sophienstr. 15; Adresse: Herr Louis May, Linienstr. 233.

**Der Vorstand des deutschen Vereins f. n. l.**  
Baltzer. Belitski. Rosenthal.

**Der schweizerische Central-Verein für Naturheilkunde** hält am Sonntag den 29. Mai im Gasthof zum „Schwanen“ in Zürich seine zweite Generalversammlung. Vormittag von 10 bis 12 Vereinessachen; 1/2 Uhr öffentliche Vorträge mit freier Discussion über Impfung, Physiatrik am Krankenbett, Schroth'sches Heilverfahren.

**Breslau.** Grahambrod bei Herrn Bäcker Stibale, Gartenstrasse 24.

**Die Landplage mit Impfgift,** herausgegeben von der Impfprotest-Gesellschaft in Freiburg i. Br., in Stuttgart, in Baden i. A. Stuttgart. Wittich.

**Gesuch.** Ein junges Mädchen, Vegetarianerin, sucht in einem vegetar. Hause als Stubenmädchen etc. Dienst. Auskunft durch die Redaction.

Für den Vereinstag ist angemeldet: Kurzer Vortrag über bislang unbeachtete Gefahren des Milchgenusses nach Medizinalrath Gerlachs Untersuchungen v. Seefeld.

Die geehrten Theilnehmer an dem diesjährigen Congress des deutschen Vereins der Vegetarianer erlaube mir ergebenst zu ersuchen, mir gef. bis spätestens den 1. Juni mittheilen zu wollen, ob, für wie viel Personen und für welche Zeit freies oder Gasthofsquartier I., II. und III. Klasse beansprucht wird, um den Wünschen nach Möglichkeit Rechnung tragen zu können. Gleichzeitig bitte ich mir anzuzeigen, auf wie viel Couverts zu dem am 9. Juni zu veranstaltenden Mittagessen (à 10 Sgr.) reflektirt wird.

Ausserdem bemerke ich, dass für gutes Waizenschrotbrod im Versammlungslocale Sophienstr. 15 und für veget. Zukost ausreichend gesorgt, dass am 9. Juni Abends 8 Uhr eine öffentliche Versammlung mit Vortrag des Herrn Ed. Baltzer und Diskussion, sowie voraussichtlich am 10. Juni früh — wenn die Theilnahme eine genügende ist — gemeinschaftl. Besichtigung des Aquariums, des neuen Rathhauses und des Friedrichshains, Nachmittag eine Partie per Dampfschiff nach Treptow stattfinden wird.

Berlin, 9. Mai 1870.

L. May,  
Linienstr. 233.

### Congress des deutschen Vereins für naturgemässe Lebensweise (Vegetarianer)

am 9. Juni 1870, Berlin, Sophienstr. 15.

Von 9—12 Uhr Vorm. Geschäftliches.

12— 2 „ gemeinschaftl. Mittagessen.

2— 6 „ Nachm. Vereinsangelegenheiten.

8—10 „ Abends, Vortrag des Herrn Baltzer, Nordhausen, über die sittliche Seite des Vegetarianismus und öffentliche Diskussion.

Der Zutritt steht Jedem frei, auch können sich in den Abendversammlungen Nichtmitglieder an der Diskussion betheiligen.

Durch neuen Abdruck der No. 7 u. 11 bin ich in der Lage, ganze Jahrgänge unseres Vereinsblattes wieder liefern zu können und zwar Bd. 1 (No. 1—10) 1 Thlr. Bd. 2 (No. 11—20) 20 Sgr. Nr. 20 erscheint nach dem Vereinstage mit einem Berichte über denselben nebst Sachregister über **Baltzer**.

**Briefkasten.** Herr O. in G. Mit jüdischen und katholischen Fasten haben wir nichts gemein, weil diese nur zeitweilige Religionsübungen sind, dem Gegenstand der Enthaltung nach willkürlich und auf Entbehren abgesehen, das daher die Ueppigkeit zum Rückschlag hat. Wir haben daher auch nicht nöthig erachtet, besondere Betrachtungen darüber anzustellen, dass Fisch auch Fleisch ist, der lebende Fisch mit dem lebenden Vogel u. s. w. im Wesentlichen völlig gleich steht. — St. in Bombay. Vegetarianismus ist ein Lebensprincip, das in allen Verhältnissen gilt, nur anderer Formen bedarf. Gruss! Thatsachen willkommen! — Herr B. in D. Rechtso, ein Handwerk verstehen neben dem Studium! Das und der Vegetarianismus macht unabhängige Leute! Also in Berlin sehen wir uns! — S. in H. Zum Vereinstag Brodausstellung? Nun, zur Reise sieht sich wohl jeder vor und kann zum Vergleich etwas bieten.

Selbstverlag des Herausgebers **Ednard Baltzer** in Nordhausen.  
In Commission bei **Ferd. Förstemann** daselbst.  
Druck von **Th. Müller** in Nordhausen.

**Nächste Nummer erscheint Ende Juni.**

# Vereins-Blatt

## für Freunde

### der natürlichen Lebensweise

(Vegetarianer).

N<sup>o</sup> 20.

Nordhausen, den 5. Juli

1870.

Cogenda mens est ut incipiat! Senec. ep. 50.  
„Man muss nur wollen!“ A. v. Humboldt.

### Bericht

über die zweite Jahresversammlung des deutschen Vereins für naturgemässe Lebensweise.

Verhandelt Berlin, den 9. Juni 1870 im Locale des Handwerkervereins.

1. Zu dem auf den heutigen Tag anberaumten Congress des deutschen Vegetarianervereins hatten sich viele auswärtige Mitglieder eingefunden:

Julius Aderhold, R. Gassmann, E. Baltzer nebst Frau, Frl. Marie Bertram, Johanne Rosenthal, S. Rosenthal, v. Loefen, L. Thormann, H. Pirau, B. Bosse, L. Kunckell, C. Adler, A. Klöppel, L. Belitski aus Nordhausen, Carl Bode, Fabrikarbeiter aus Brandenburg, Alfred v. Seefeld aus Hannover, Dr. med. B. Hacker aus München, Frl. M. und E. Dünckel und Buchhalter Ady aus Stargard in Pommern, Frl. Marie Lehmann und Frau Rosa Lehmann aus Naumburg a. S., Schaptag aus Nürnberg, Brucker aus Dallwitz bei Karlsbad, C. L. Nauhaus aus Eisleben, B. Giese aus Münster i. Westph., R. Reebach, und Frl. Vernimb aus Hamburg, C. G. Carl Figge, Lederhändler aus Altona, E. Glück, C. Störmer aus Königsb. i. Pr., Theodor Poppe aus Arttern, Aug. Kruhl aus Parchwitz, H. Rühle aus Plauen bei Dresden, Gustav Wollbold aus Dresden. Desgleichen war

der Berliner sechzig Mitglieder zählende Lokalverein vertreten durch: Prof. Baron, G. Richter, G. Bartels, Hugo Werner, L. May, Frl. Richter, Frl. Anna Lortzing, Koved, Alb. Weisse, auch betheiligten sich die Hrn. v. d. Leeden, Dr. Fischer, Hirsekorn, Unger, Gast, Barleben, Mohs, Reff, Hoff u. A.

Der Congress wurde, da der Vorstand mit Berichterstattung in Anspruch genommen war, von dem zeitigen Vorstände des Berliner Localvereins, Stadtverordneten May, eröffnet; derselbe vertheilt an die Anwesenden die metallographirte Tagesordnung und Exemplare der Statuten.

Es wurde hierauf durch allgemeine Acclamation Herr May zum Vorsitzenden, die Mitglieder Prof. Baron und Dr. Nauhaus zu Schriftführern des Congresses erwählt.

Es erhob sich eine Debatte darüber, ob auch diejenigen Mitglieder der Localvereine, welche noch nicht Mitglieder des deutschen Vereins sind, als stimmberechtigt anerkannt werden sollten; es wurde die Zulassung beschlossen, mit Ausnahme derjenigen Angelegenheiten, welche das Vermögen des Vereins betreffen.

2. Der zeitige Vorsitzende des deutschen Vereins, Baltzer, erstattet hierauf den Generalbericht wie folgt:

## Bericht des Vorstandes.

Das Jahr, welches wir heute beschliessen, ist im Ganzen ein erfreuliches zu nennen.

Zwar die Zahl unserer Mitglieder ist gering; einige Wenige schieden sogar aus, theils weil der Beitrag von 1 Thlr. ihnen missfiel, theils weil sie meinten, unser System sei in gesellschaftlicher Beziehung nicht durchzuführen; die Presse zeigte sich uns, mit geringen Ausnahmen, feindselig und das Publikum, weil es vom Verständniss unserer Sache fern ist, hat für uns zur Zeit meist nur Spott und wird darin von den Herren Aerzten gewöhnlich unterstützt.

Dennoch nennen wir das Jahr ein günstiges. Es hat uns Mitglieder zugeführt, deren Beitritt um so mehr wiegt, als sie nach längerer practischer Prüfung der Sache sich erklärten und schon durch ihre Lebensstellung zeigen, dass sie die Befähigung zu solcher Prüfung besitzen. Die literarische und sonstige Thätigkeit der Vereinsglieder hat bewirkt, dass unsere Sache wenigstens begonnen hat bekannt zu werden, während bislang selbst Aerzte erklärten, nie davon gehört zu haben. Die Wissenschaft beginnt Notiz zu nehmen, wie Ihnen die Untersuchungen von Dr. Winteritz und Koffer in Wien, die Abhandlung von Dr. Krieger in Pettenkoffers Journal u. A. zeigen. Unseres Wissens studiren jetzt fünf junge Männer Medizin, die nicht nur Vegetarianer, sondern von der steigenden Ueberzeugung der Richtigkeit und Bedeutung des Vegetarianismus für den ärztlichen Beruf und das soziale Heil durchdrungen sind. Unser Pionier, das Grahambrod, hat in vielen Städten Fuss gefasst; wir haben eine Anzahl Mitglieder, die nicht aus Krankheitsgründen zu uns kamen, sondern weil sie die sittliche Bedeutung der Sache erfasst haben; ja während vor wenigen Jahren kaum ein Paar vegetarianische Individuen in Deutschland bekannt waren, hat der Vegetarianismus jetzt bereits mehr Parteien als damals bekannte Be-

kenner. Weit über den Kreis des „Vereins“ hinaus geht bereits der Wellenschlag unseres Daseins: unsere Schriften, für die wir vor Kurzem vergeblich Verleger suchten, werden bereits zu Tausenden gekauft; sogar die Frauenwelt, die uns eifrig bekämpft, scheint doch sich lebhafter für uns zu interessiren, denn das „vegetarianische Kochbuch“ erlebt soeben die dritte Auflage. Auch unsere ausgebreitete Correspondenz spricht für das wachsende vegetarianische Interesse und in ihr findet sich auch gar mancher stille Hymnus geretteter und glücklicher Menschenseelen, der uns Alle trösten kann über die Unbill, die wir gelegentlich erfahren.

Erfreulich glauben wir auch den Umstand nennen zu dürfen, dass das herkömmliche Vorurtheil, wir seien eine religiöse Secte, immer mehr schwindet, schon angesichts der Thatsache, dass in unserm Vereine Juden und Christen, Protestanten und Katholiken und Dissidenten, friedlich neben einander sich befinden, auch sonst die erwünschteste Mannichfaltigkeit herrscht: Aerzte und Nichtärzte, Priester und Laien, Gelehrte und Ungelehrte, Künstler und Handwerker, Rentiers und „Arbeiter“, Männer und Frauen, Gesunde und Kranke, Alt und Jung u. s. w. und wie aus dem Kabinett unserer Kronprinzessin uns hohes Interesse an der Sache bekundet wurde, so singt auch, wie Sie gelesen, der Schäfer bei seiner Herde sein Loblied des Vegetarianismus.

Im Betracht, dass „aller Anfang schwer ist“ und bei aller Nüchternheit, die dem critischen Manne geziemt, wird es daher erlaubt sein zu sagen, dass dies erste Jahr unseres Vereinslebens im Ganzen ein erfreuliches war, um so erfreulicher, je mehr wir Alle wissen, dass unsere Aufgabe eine äusserst tiefgreifende und mit den Neigungen unserer Lebensgenossen im äussersten Widerspruch stehende ist.

Können wir so nach mit guter Zuversicht dem neuen Vereinsjahr ent-

gegen gehen, so wird es doch gut sein gleich an der Schwelle einen prüfenden Blick auf uns selbst zu richten. Gestatten Sie uns hier nur über zwei Punkte im Interesse der Sache eine kurze Bemerkung

Unser Verein als solcher ist zur Zeit ein Provisorium. Der erste Vereinstag war der erste Versuch einer gemeinsamen Thätigkeit: er hat uns vereint, das war die Hauptsache; die flüchtige Stunde und die en-bloc-Annahme eines Statuts, das der Augenblick geboren, lies manches zu bessern übrig; wir sind versammelt das nachzuholen. Ohne Ihren Entschliessungen irgendwie vorgreifen zu wollen, dürfen wir aus unserer Erfahrung aber Ihnen wohl folgende Wünsche aussprechen:

1. Wahl eines jährlichen Vororts resp. Vorstandes daselbst (dem eventuell ein zu wählender Ausschuss beigegeben werden kann).
2. Jährliche freie vegetarianische Versammlung nach Art der Naturforscher-Versammlungen etc.
3. Freiwilligkeit der Beiträge.
4. Ermächtigung des Vereins über den Cassabestand im Vereinsinteresse zu verfügen unter Rechnungslage am Vereinstage.

Wir behalten uns vor, dies in den weiteren Verhandlungen näher zu motiviren und bemerken hier nur, dass wir Einiges nicht gethan haben, was wir gethan haben würden, z. B. Aussendung eines Fragebogens, Druck eines Veget.-Adressbuchs, propagandistische Flugblätter etc., wenn wir dazu Vollmacht oder die Möglichkeit eines Beschlusses einer competenten Instanz gehabt hätten.

Der zweite Punkt ist die Bitte an alle Freunde unserer Sache dem Studium des Vegetarianismus dauernd zugewandt zu bleiben. Das wird uns am besten vor jenen Einseitigkeiten bewahren, durch die wir uns selbst am meisten Hindernisse bereiten, wir meinen eben so jene Halbheit, mit der man sich Vegetarianer zu sein erklärt, um

alsbald sich wieder loszusagen oder bleibend sich selbst und die Sache zu compromittiren, als auch jene Uebertreibungen, bei denen man meint der Vegetarianismus bestehe allein im Essen und Trinken und im Ueberbieten dieser und jener Entsagung und Forcirung. Behüte der Himmel den Vegetarianismus vor solchen Freunden: mit seinen Feinden wird er schon selbst fertig werden.

Nordhausen, Juni 1870.

Ed. Baltzer. L. Belitski.  
für S. Rosenthal: Loefen.

3. Das Vorstandsmitglied Belitski erstattet hierauf Cassenbericht wie folgt: Mitglieder: ausgetreten sind 10, dazugetreten 97, so sind 403 Mitglieder verblieben; davon waren muthmasslich 246 Mitglieder „selbstständige“, oder Familienhäupter, von denen ein Beitrag zu erwarten war; es zahlten jedoch nur 150; ausserdem gingen 10 freiwillige Beiträge ein; die Einnahme betrug 133 Thlr. 1 Sgr., die Ausgabe 54 Thlr. 4 Sgr. 3 Pf., der Cassenbestand 178 Thlr. 26 Sgr. 9 Pf. Die Ausgabe wäre viel höher gewesen, wenn nicht das Vorstandsmitglied Baltzer, gewisse Posten, die etwa 100 Thlr. betragen, auf sich genommen hätte. Die Versammlung beschliesst eine Commission zur Prüfung der Rechnung und Berichterstattung am Nachmittag zu wählen, es werden die Herren v. Seefeld, Dr. Hacker und Schaptag gewählt. Der Vorsitzende theilt hierauf einige von auswärts eingegangene Telegramme behufs Beglückwünschung des Congresses mit.

4. Der Vorsitzende eröffnet nun die Berathung über die Revision der Statuten. — Als Grundlage werden die im Vereinsblatte 1869 S. 148 mitgetheilten Grundsätze besprochen; dieselben werden in einem neu redigirten Separatabdruck, welchen das Vorstandsmitglied Baltzer hat anfertigen lassen, an die Anwesenden vertheilt und schliesslich allseitig anerkannt. Dieselben lauten:

### Was ist Vegetarianismus?

1. Vor Allem ist er eine Grundregel,

ein Grundsatz, nach welchem das menschliche Leben zu ordnen ist, nicht ein Glaubenssatz im Sinne religiöser Speisegesetze früherer Zeiten; jener führt zur Selbstreform, dieser zum Sectenthum.

2. Näher ist Vegetarianismus der Grundsatz, das Menschenleben seiner eigenen Natur gemäss zu gestalten. Die Erkenntniss der Natur überhaupt und der menschlichen Eigennatur insbesondere ist die Quelle seiner Macht, der Gehorsam unter die erkannte Wahrheit, hier wie überall, seine sittliche Kraft. Der Vegetarianismus ist daher wesentlich Gesundheitslehre und Gesundheitsübung, nicht heilende Kunst im Sinne ärztlicher Lehre. Er ist Jedermanns-Sache, nicht Aufgabe für Gelehrte, Kranke etc. Er ist freilich der sicherste Verhüter der Krankheit, für die Kranken erst recht nothwendig, aber wir müssen daran fest halten, dass er unsere eigene bewusst gewordene Natur ist, der wir nicht etwa nur in kranken Tagen, sondern in gesunden auch treulich zu folgen haben.

3. Die Natürlichkeit als Grundsatz ist nicht so zu verstehen, dass wir blind nachahmend gewisse Naturzustände wiederherstellen möchten: das sagen nur Spötter von uns oder Irrende unter uns. Die menschliche Natur ist vervollkommnungsfähig, aber sie ist's in ihrer Art. Wie „vernünftig“ das heisst, was den Gesetzen der Vernunft wirklich gemäss ist, so heisst „natürlich“ hier, was den Gesetzen der menschlichen Natur entspricht, was normal ist. Vegetarianismus ist daher die bewusste Erfüllung unserer Lebensbedingungen.

4. Diese bewusste Bethätigung unseres Lebens nach seinen eigenen Naturgesetzen bezieht sich mithin auf den ganzen Menschen, nicht etwa nur auf Essen und Trinken. Denn welche Auffassung der menschlichen Natur man auch haben möge: dass Leib, Gemüthszustand und Geist in wechselseitiger sehr inniger Beziehung zu einander ste-

hen, wird ja allseitig zugestanden. Selbst also wer die Ueberzeugung von der Einheitlichkeit der Menschennatur nicht theilt, wird dennoch eine Lebensregel (Diätetik) des Körper-, Seelen- und Geistes-Lebens zwar unterscheiden, aber in ihrer gegenseitigen Einwirkung anerkennen müssen. Der Vegetarianismus ist diese praktisch geübte dreifache Diätetik.

5. In der Gegenwart steht der Vegetarianismus den herrschenden Ansichten und Gewohnheiten besonders in der Diätetik des Körperlebens abweichend gegenüber und zwar besonders bezüglich der Ernährung und der sonstigen Erhaltung und Ausbildung.

Bezüglich der Ernährung und Erhaltung ist allseitiges Einverständnis über die Pflicht der Mässigkeit, sofern sie sich auf die Menge der Nähr- und Genussmittel bezieht (quantitative Mässigkeit) aber nicht, sofern sie sich in der Art derselben zeigt (qualitative Mässigkeit). Die Erkenntniss der Natur (Physiologie) fordert aber Enthaltung von thierischer Speise, zumal vom getödteten Thier, als Norm; ebenso die Enthaltung von berauschenden und giftigen Dingen, z. B. Spirituosen (Wein, Bier, Branntwein etc.), Gewürzen, Arzeneien und anderen Giften.

Bezüglich der Selbsterhaltung und Ausbildung kommt es besonders auf Abhärtung und geschlechtliche Selbstbeherrschung an. Der Vegetarianismus lehrt daher besonders durch angemessene Körperübung und Hautpflege die Lebensbedingungen erfüllen und führt sicheren Schrittes zur geschlechtlichen Selbstbeherrschung wie überhaupt zur Herrschaft des gesunden Geistes im gesunden Körper.

6. Man kann also sagen, der Vegetarianismus ist die Kunst des gesunden vernünftigen Lebens, die Quelle und Blüthe des individuellen und socialen Heils. Gleichviel welche Beweggründe den Einzelnen vorerst vorzugsweise treiben, wer in dieser Richtung und in die-

sem Sinne aufrichtig strebt sein Leben zu gestalten, der ist mit uns, denn er wird in sich die Pflicht spüren, auf diesem Wege mit uns weiter zu streben, bei aller Verschiedenheit der Meinungen in untergeordneten Dingen. Will man unter dem Nothwendigen Eines vor dem Anderen betonen, so ist festzuhalten, dass das Verzehren der Thiere bereits seit Jahrtausenden als die Angel bezeichnet ist (*ἀγχιστρον σαρχοφαγίας*), an welcher die Anlässe zu allem anderen Falschen hängen.

7. Vorstehendes sind die Ansichten und Grundsätze, auf welchen der „deutsche Verein für naturgemässe Lebensweise“, auch Vegetarianerverein genannt, beruht (siehe „Vereinsblatt“ 1869, S. 148—149) und welche in zahlreichen Schriften näher ausgeführt sind.

5. Bei nun folgender Generaldiscussion des Statuts theilt Herr v. Seefeld einen Statutenentwurf mit, welchen er bei einzelnen §§ als Amendement aufzustellen gedenkt. Er lautet:

§ 1. Als Mitglied des Vereins wird aufgenommen, wer versichert, mindestens  $\frac{1}{4}$  Jahr lang kein Fleisch und Nichts vom Fleische irgend eines Thieres genossen zu haben, und zugleich den ernststen Willen kund giebt, dergleichen nicht wieder essen zu wollen.

§ 2. Es liegt in der Natur dieser Lebensweise, Alle die ihr folgen, auch im Uebrigen von selbst zu naturgemässen Lebensgewohnheiten (namentlich zum Meiden spirituöser Getränke u. s. w.) zu führen, doch werden Vorschriften darüber nicht gemacht.

§ 3. Zweck des Vereins ist Befestigung dieser Lebensweise unter den Mitgliedern und Ausbreitung derselben in weiteren Kreisen. Mittel zum Zweck ist zunächst das eigene gute Beispiel und die Sammlung und Bekanntmachung der gewonnenen Erfahrungen.

§ 4. Unverändert.

§ 5. Die Kosten des Vereins werden durch freiwillige Beiträge gedeckt,

welche der Schatzmeister in Empfang nimmt und darüber alljährlich auf dem Vereinstage Rechnung ablegt.

§ 6. Der Vereinstag findet alljährlich am Donnerstag nach Pfingsten statt, und bestimmt den Ort der nächsten Zusammenkunft. Die Tagesordnung wird im Voraus festgestellt, so weit die Gegenstände derselben frühzeitig genug dem Vorstände mitgetheilt sind. Später angemeldete Anträge finden ihre Erledigung, so weit die Zeit es gestattet.

§ 7. Unverändert oder: Wer gegen § 1 verstösst, hört damit auf, Mitglied des Vereins zu sein und muss dies in kürzester Frist dem Vereine anzeigen.

Es erhebt sich eine lebhaftere Discussion über den Werth dieses Entwurfs. In Folge dieser Discussion wird der § 1 der bisherigen Statuten zur Abstimmung gebracht, und seine Beibehaltung angenommen.

Zu § 2a der bisherigen Statuten ist eine Erklärung beantragt, dass der Verein keine disciplinarische Gewalt über die Lebensweise seiner Mitglieder beanspruche; die Versammlung lehnt die Erklärung ab, da der § schon in seiner bisherigen Fassung durchaus klar sei und jede disciplinarische Gewalt ausschliesse.

Zu § 3 ist folgende Fassung beantragt: „Mitglied des Vereins ist Jeder, der 1) über 14 Jahr alt ist, 2) seit mindestens  $\frac{1}{2}$  Jahr den Grundsätzen des Vegetarianismus folgt, 3) dem Vereinsvorstand schriftlich erklärt, dass er Mitglied sein will.“ Diese Fassung wird wie die v. Seefeld'sche abgelehnt und die bisherige Fassung des § 3 beibehalten. — Es ist eine Abänderung des § 4 beantragt, indem statt „ernennen die Uebrigen“ es heissen soll „ernennt der Ausschuss“. Der Vorsitzende stellt die Berathung hierüber bis nach der Beschlussfassung über Punkt 6 der Tagesordnung zurück. — Es ist beantragt, zwischen § 4 und 5 der Statuten folgenden § einzuschalten: „Ausser dem Vorstand besteht ein Ausschuss

von 3 Mitgliedern, welche vom Vereinstage gewählt werden und sich durch Cooptation auf 6 Mitglieder vermehren können. Derselbe dient dem Vorstände als Beirath und kann mit ihm zusammen zwischen je zwei Vereinstagen für den Verein gültige Beschlüsse fassen“. Die Einschaltung dieses § wird abgelehnt; damit ist, wie allseitig anerkannt wird, auch obiger Antrag, den § 4 betreffend, erledigt. — Es ist beantragt, den § 5 der Statuten in folgender Weise abzuändern: „Zur Deckung der Ausgaben wird vom Vorstand je nach Bedarf zu einem freiwilligen Beitrag aufgefordert; der Vorstand legt alljährlich dem Vereinstage Rechnung.“ Andererseits: „Jedes selbstständige Mitglied zahlt einen jährlichen Beitrag, dessen Höhe zu bestimmen ihm überlassen bleibt.“ Noch andererseits (Rosenthal): „Jedes selbstständige Mitglied zahlt einen jährlichen Beitrag von mindestens 5 Sgr.“ Ferner (Baron): „Einzelne sind nur insofern beitragspflichtig, als sie keinem Localverein angehören; den Localvereinen legt der Centralverein nach Verhältniss der Anzahl ihrer Mitglieder einen Beitrag auf.“ — Bei der Abstimmung wird die beantragte erste, dritte und vierte Fassung abgelehnt, die zweite Fassung wird mit zwei Amendements des Vorsitzenden May angenommen, so dass § 5 der Statuten nunmehr lautet: „Jedes Mitglied zahlt einen Beitrag, dessen Höhe zu bestimmen ihm überlassen bleibt. Der Vorstand legt alljährlich dem Vereinstage Rechnung.“ — Es ist beantragt „4 Wochen“ statt „8 Wochen“, ferner „mindestens 14 Tage vor diesem Termine“ statt „vier Wochen“ in dem § 6 der Statuten zu setzen; das Mitglied v. Seefeld modificirt seinen oben mitgetheilten Antrag dahin, den Pfingstmittwoch als Versammlungstag festzusetzen. Dr. Hacker empfiehlt die Oster- oder Herbstferien, Andere den Herbst überhaupt als bequemere Reisezeit. Bei der Abstimmung wird die Wahl der

Zeit wie des Ortes dem Vorstände überlassen; es wird ferner die beantragte Abänderung der 8 und 4 Wochen im bisherigen § 6 in 4 Wochen und 14 Tage genehmigt; es wird ferner der Schlusssatz des von Seefeld'schen Antrages angenommen; es wird endlich die Redaction des § 6 dem Vorstände überlassen; derselbe hat danach zu lauten: „§ 6. Alljährlich findet eine Generalversammlung des Vereins statt, deren Ort, Zeit und Tagesordnung vom Vorstände bestimmt und den Mitgliedern mindestens vier Wochen vorher durch das Vereinsblatt bekannt gemacht wird. Anträge zur Tagesordnung müssen dem Vorstände mindestens vierzehn Tage vor diesem Termine schriftlich eingereicht werden. Später angemeldete Anträge finden ihre Erledigung, soweit die Zeit es gestattet.“

**6.** Hierauf wurde der Tagesordnung gemäss die Berathung abgebrochen und nach dem gemeinsamen Mittagessen, an welchem sich etwa 150 Personen beteiligten, wieder aufgenommen. — Es ist beantragt: „Der Vorstand möge einen Fragebogen an alle Mitglieder und sonstige ihm bekannte Vegetarianer versenden behufs Gewinnung einer vegetarischen Statistik; das Ergebniss möge er seiner Zeit in geeigneter Weise durch den Druck veröffentlichen. Der Antrag wurde in dem Sinne angenommen, dass der Vorstand zur Aufstellung der Fragebogen u. s. w. befugt, nicht aber verpflichtet sein solle.

**7.** Es wird beantragt und angenommen: „Der Vorstand ist ermächtigt, seine Mittheilungen an die Mitglieder durch gedruckte oder metallographirte Flugblätter zu bewirken.“

**8.** Es wird beantragt und einstimmig angenommen, durch den Vorstand dem Herrn L. Hahn in Mexico für sein Interesse am Verein den Dank der Versammlung aussprechen zu lassen; das Vorstands-Mitglied Baltzer erbietet sich zur Uebernahme und Absendung der

Photographien der einzelnen Mitglieder an Herrn Hahn.\*)

**9.** Es ist beantragt: „Der Fragebogen ist zu benutzen, um ein alphabetisches Namenverzeichniss zu drucken, in welches alle Vegetarianer nach Namen, Stand und Wohnort eingetragen werden. Die Mitglieder des Vereins werden durch ein Sternchen bezeichnet.“ Der Antrag wird mit folgenden Modificationen angenommen: es soll das Namenverzeichniss unabhängig vom Fragebogen als Adressbuch angelegt werden; es sollen die Naturheilanstalten sowie die Namen vegetarischer Bäckereien hinzugefügt werden.

**10.** Es tritt eine Besprechung wegen Errichtung eines vegetarischen Waisenhauses und einer vegetarischen Heilanstalt ein. Das Mitglied Rosenthal leitet sie ein und theilt mit, dass an Fonds für ein Waisenhaus 713 Thlr., für eine Heilanstalt 500 Thaler zur Verfügung stehen. Andere Mitglieder sprachen sich gegen die beiden Einrichtungen aus: gegen das Waisenhaus, weil Kinder in die Familie gehören; gegen die Heilanstalt, weil über die beste Heilmethode noch keine Einigung herbeigeführt sei. Die Besprechung endete ohne Stellung eines Antrages und wurde es den Stiftern anheimgegeben, die Sache im Sinne der Erziehung der Waisen in Familien weiter zu verfolgen.

**11.** Nach der Tagesordnung sollte jetzt die Berathung über die Vereinigung unseres Vereins mit den Naturheilvereinen erfolgen. Es meldete sich indess kein Redner dafür und da kein Antrag gestellt war, so ward der Gegenstand als erledigt angesehen. (Vergleiche Vereinsblatt S. 292.)

\*) Es sind mir zu diesem Zweck bereits cr. 70 Photographien zugegangen. Vereinsmitglieder, welche den Festmarsch des Herrn Hahn noch nicht erhalten haben, steht er auf Wunsch unentgeltlich zu Diensten. Die Photographien erbitte ich womöglich bis Mitte August. Baltzer.

**12.** Es ist beantragt (Vereinsblatt S. 253 f.) „eine kurze und doch erschöpfende wissenschaftliche Schrift über Vegetarianismus herzustellen und zu versenden.“ Der Antrag wird abgelehnt, (weil dergleichen der freien Concurrenz überlassen bleiben muss). Dergleichen wird abgelehnt der Antrag (Vereinsblatt S. 210, 289 f.) „eine belletristische Zeitschrift mit vegetarischen Principien zu gründen“ (weil zur Zeit nicht ausführbar). Ueber die Frage „ist das „vegetarianische Ausland“ nicht fortzusetzen und Graham und Gleizès nicht zu übersetzen?“ waren die Meinungen sehr getheilt, der Gegenstand ward, da kein Antrag gestellt war, verlassen. Bezüglich Graham und Gleizès war die Ansicht vertreten, dass nicht mit blosser Uebersetzung, sondern nur mit sachkundiger Bearbeitung wirklich gedient sein könne.

**13.** Das Mitglied von Seefeld machte Mittheilungen über die Gefahren des Milchgenusses; es ward der Wunsch geäußert, diesen Vortrag im Vereinsblatt abzudrucken; das Vorstands-Mitglied Baltzer versprach dieses (siehe unten).

**14.** Demnächst erfolgte die Wahl des Vorstandes für das nächste Jahr, nachdem Baltzer den Vorschlag empfohlen thatsächlich jährlich Vororte und dort wohnende Vorstände zu wählen und zwar diesmal Berlin. Es erhielten von 45 Stimmenden: Nauhaus 24, May 23, Baron 22, Baltzer 21, Belitski 21, Rosenthal 21 Stimmen; die übrigen Stimmen zersplitterten sich; es wurden demgemäss die Mitglieder Nauhaus, Mai, Baron als Vorstand für das nächste Jahr proclamirt.

**15.** Während der Wahl berichtet die behufs der Prüfung der Rechnung gewählte Commission. Die Versammlung ertheilte dem Vorstand die von der Commission beantragte Decharge. Die Commission beantragte, es möge der Vorstand in Berathung darüber treten, ob nicht dem Mitglied Baltzer die ver-

auslagten 100 Thlr. Porti zurückzuerstatten seien?

16. Die Wahl des Ortes für den nächstjährigen Vereinstag wird dem Vorstand überlassen; vorgeschlagen wurden: Wien, Stuttgart, Nürnberg, man war einig, dass er in Süddeutschland liegen solle. Hiermit endeten die Berathungen des Vereins. Es ist noch zu bemerken, dass sehr viel Telegramme und briefliche Grüsse aus der Ferne eingegangen waren, welche theils während der Versammlung, theils bei Tische mitgetheilt wurden, so vom Cölner-Vegetarianer-Verein, Brodersen und Frau in Itzehoe, Gustav, Carl u. Emil Weilshäuser in Oppeln, Dr. Novy in Radegund, Herm. Rudloff in Magdeburg, Gebr. Dreifuss in Frankfurt a. M., Isenhorst in Heidelberg, Dr. Meinert in Dresden, Graf Zedtwitz, Gustav Struve und Kubiczek in Wien, Th. Hahn in Waid bei St. Gallen, Slavibor Breuer in Kuttendorf, Arnold Rikli in Triest, Lundahl in Helsingfors, Schmidtbauer in Schärding (Oesterreich), H. Wittgenstein in Düsseldorf, F. Huber in Burbach bei Saarbrücken, Kräger in Dresden, Hahn in Mexico, Dr. Klopffleisch Docent in Jena, Frl. Marie Loesch in Pernau (Livland) und Andere mehr. Von Baltzer war ein Flugblatt besorgt, welches die oben Nr. 4 mitgetheilte Erklärung über Vegetarianismus nebst weiterer kurzer Erläuterung und Literaturangabe für die Propaganda enthält, nebst einem Liede, das bei Tisch gesungen wurde.\*)

Am Abend von 8½ Uhr an hielt das Mitglied Baltzer einen Vortrag über die sittliche Seite des Vegetarianismus vor einem Publikum von über 500 Menschen, daran knüpfte sich eine lebhaft Discussion. Freitag wurde gemeinsam das Aquarium, das Rathhaus, der Friedrichshain und am Nachmittag

\*) Dies Flugblatt kann in Partien, 25 Stück für 5 Sgr., von mir bezogen werden. Baltzer.

Treptow besucht; Sonnabend wurde gemeinsam die Oper bei Kroll, Sonntag Potsdam besucht.

Das Präsidium,  
May. Baron. Nauhaus.

### Ueber gesundheitliche Gefahren des Genusses der Kuhmilch, namentlich in grossen Städten.

Die Ansichten über den Werth der Milch als Nahrungsmittel gehen, wie Ihnen bekannt sein wird, in unserm Kreise noch weit auseinander. Viele unter uns, vielleicht die meisten stimmen überein mit der fast gleichlautenden Ueberzeugung aller Diätetiker anderer Schulen, dass die Milch das reinste, vollkommenste, und naturgemässeste Nahrungsmittel sei, von der Natur bereitet, fertig zum Genusse dargeboten und in seiner chemischen Zusammensetzung so beschaffen, dass es alle zum Aufbau und zur Erhaltung des Körpers nothwendigen Stoffe im günstigsten Verhältniss vereine. Andere geben dies nur für das Säuglingsalter in Bezug auf die Muttermilch zu, verwerfen aber sonst den Genuss von Thiermilch als naturwidrig, unangenehm und schädlich. Unter Anderen spricht Prof. Trall dies aus in der von E. Weilshäuser herausgegebenen Schrift über Kehl- und Lungenkrankheiten; und Graf Zedtwitz (in Nr. 9 des Vereinsblattes) führt fast unwiderleglich aus, dass für den consequenten Vegetarianer über die Unzulässigkeit der Milch kaum ein Zweifel möglich sei. Nur der directe Beweis, wie schädlich die Milch werden könne, wurde noch nicht dargebracht, und dazu sind wir jetzt im Stande.

Ehe ich jedoch auf die betreffenden Beobachtungen eingehe, erlauben Sie mir, meinen eigenen Standpunkt zu der erwähnten Frage zu bezeichnen. Ich scheue mich durchaus nicht, das Princip des Vegetarianismus bis zur letzten

Consequenz durchzudenken und also auch in Beziehung auf die Milch als richtig anzuerkennen. In der Praxis des täglichen Lebens aber bin ich zu Compromissen geneigt, und so unverbrüchlich ich auch die erste Forderung erfülle, niemals Fleisch oder sonstige Nahrung vom getödteten Thiere zu geniessen, so gern bin ich bereit, für Milch und Eier, Thee und Kaffee eine laxere Observanz zu billigen, in Ausnahmefällen selbst zu üben, doch ist mir die Milch, die ich früher sehr gern genoss, nach und nach unangenehm geworden, ich habe sie für mich fast gänzlich beseitigt. Dass die Milch für den Erwachsenen entbehrlich sei zu gesunder Existenz, beweist übrigens die längere Erfahrung vieler unserer Mitglieder, die sie principiell meiden. Dass viele Naturvölker ohne Milchproduction gesund gedeihen, hören wir von reisenden Naturforschern, (so z. B. konnte Wallace auf Borneo nicht so viel Milch auftreiben, um einen jungen Orang-Utang aufzufüttern).

Wir sind aber kein Naturvolk, und wir leiden fast ausnahmslos unter den Folgen langjähriger naturwidriger Lebensweise. Da fragt es sich, ob wir die Milch jetzt schon entbehren können für Kranke, Schwächliche, Reconvalescenten und namentlich für unsere Kinder? — Können wirklich Kinder nach der Säuglingszeit die Milch entbehren? Kinder, die vielleicht von schwächlichen Müttern geboren, die vielleicht schon im Säuglingsalter mit allerlei Künstelei und Unnatur aufgezogen, die vielleicht verdorrt sind, in grossen Städten unter Staub und Strassendunst und von tausend Krankheitskeimen unausgesetzt umhüllt aufzuwachsen? Ist für sie nicht Milch die beste Ausgleichung vorhandener Uebel? Diese Frage wird endgültig erst nach Jahrzehnten genauer und sorgfältiger Beobachtung entschieden werden können; ich wage nicht, sie jetzt schon zu bejahen — und einst-

weilen fordere ich noch gute Milch für Kinder, für Schwache, für Reconvalescenten. Ich hielt auch bislang jede unverfälschte Milch für gut und beachtete die Stimmen unserer Warner, Graf Zedtwitz, Professor Trall u. A. nur insoweit, dass ich zu Zeiten ringsum herrschender Maul- und Klauenseuche der Kühe die Milch meinem Kinde zeitweilig entzog (beiläufig gesagt, ohne davon Nachtheil für die Ernährung wahrzunehmen). Wie sehr Recht unsere Autoren hatten, die Milch im Allgemeinen für verdächtig zu erklären, wie erschreckend viele Kühe krank sind und wie der Genuss der Milch von kranken direct zu Schwindsucht, Tuberculose und Tod führen muss, das lehren uns jetzt die Beobachtungen eines Naturforschers ersten Ranges.

Der Geheime-Medicinalrath Gerlach, bis Ostern Director der Thierarzneischule in Hannover, jetzt in Berlin, Chef des Veterinairwesens der preussischen Monarchie, (ein Mann, dessen wissenschaftliche Bedeutung schwerlich den Einwand ungenauer Beobachtung zulassen wird) deckt diesen wahrhaft haarsträubenden Stand der Dinge auf. Die Mittheilungen finden sich in dem „Jahresbericht der Königl. Thierarzneischule zu Hannover von A. C. Gerlach. Zweiter Bericht 1866“\*) und ist die Reihe der Versuche allerdings durch Gerlach's Versetzung nach Berlin unterbrochen, und deren Wiederaufnahme ihm vielleicht unmöglich. Um so dringender scheint es geboten, die allgemeine Aufmerksamkeit auf die erkannte Gefahr zu lenken, damit deren Bekämpfung in weitesten Kreisen angebahnt werde.

Die Versuche Gerlachs sollten zunächst dazu dienen, die Natur einer Tuberkelkrankheit der Kühe, die sog. Perlsucht näher zu ergründen. Es genügt hier anzuführen, dass man

\*) erschienen in Hannover 1870.

diese Krankheit früher als eine „Franzosenkrankheit“ der Rinder ansah und einen solchen Abscheu davor hatte, dass jeder Schlachter, der die Spuren davon an einem geschlachteten Stück entdeckte, sofort das ganze Thier mit-sammt dem benutzten Messer an den Abdecker auslieferte. Die neuere Zeit hat diese altväterliche Scheu ganz überwunden, die kranken Thiere werden ebenso gut verzehrt wie die gesunden, die Wissenschaft erklärte dies für unbedenklich und deshalb ist in Preussen seit 1785 und in Oesterreich seit 1788 der Verkauf des Fleisches tuberkelkranker Rinder erlaubt. Professor Dr. Röhl in Wien in seiner „Pathologie und Therapie der Haus-thiere“ rath „aus öconomischen Gründen“ zum baldigen Schlachten der an Perlsucht erkrankten Rinder, da eine Heilung doch unmöglich. Gerlach sieht die Perlsucht entschieden als eine Tuberculose an und beweist durch eine Reihe von Versuchen, dass sowohl durch Impfung als durch Fut-terung anderer Thiere (Kälber, Schweine, Ziegen, Kaninchen) mit den Knötchen von den serösen Häuten perlsüchtiger Kühe ganz dieselben Krankheits-Processe erzeugt werden, als nach Impfungen mit Tuberkeln von schwindsüchtigen Menschen und Affen. Die näheren Umstände dieser Versuche, die anatomischen und mikroskopischen Beweise u. s. w. haben für uns kein praktisches Interesse, da wir ohnehin wissen, was von Fleisch-essern so hartnäckig bestritten wird: dass die Menschen mit dem Fleische alle nur möglichen bösen Krankheits-keime sich einverleiben. Bemerken wir nur beiläufig diese neue wissen-schaftliche Bestätigung.

Mit diesen Versuchen beschäftigt, acquirirte Gerlach eine kranke Kuh, die etwa 7—8 Jahre alt, sehr abgemagert war, Athembeschwerde und einen rauhen, matten Husten hatte, doch ohne Fieber und bei gutem Appetit war,

täglich 1500 Gramm Milch gab, wäh-rend dreier Monate aber immer mehr abmagerte, bei gutem Futter die Milch nach und nach verlor und dann ge-tödtet wurde. Die Krankheit war vor-her als Perl-Schwindsucht (Tuberculose) diagnostinirt und später durch die Ob-duction als solche nachgewiesen, wo-durch die Versuche ihren wissenschaft-lichen Werth bekommen.

Mit der Milch dieser Kuh wurden 2 Kälber, 2 Schweine, 1 Schaf und 1 Kaninchen kürzere oder längere Zeit gefüttert, die dann später getödtet wurden. — Darauf ergab die Section bei allen Versuchsthiere, dass Drüsen und Lungen, Darm und Leber mit Tu-berkeln durchsetzt, sie also durch die Milch der kranken Kuh sämmtlich der Schwindsucht verfallen waren. Gerlach sagt: „So sehr man sich auch gegen die trau-rige Wahrheit sträuben möge, einem Zufall können die wesentlich überein-stimmenden Resultate um so weniger zugeschrieben werden, als die patholo-gisch-anatomischen Veränderungen bei Schweinen kaum, bei Schafen und Zie-gen aber noch gar nicht bekannt sind.“ Mit anderen Worten: Selbst Schafe und Ziegen, bei denen sonst die Schwind-sucht nicht vorkommt, sind durch die kranke Kuhmilch schwindsüchtig ge-macht! —

Gerlach fährt dann fort:

„An eine Schädlichkeit der Milch von perlsüchtigen Kühen hat man bisher noch nicht geglaubt. Welches Unheil aber durch die Milch perlsüchtiger Kühe unter der Menschheit, namentlich in der Kinderwelt angerichtet wird, davon bekommt man an der Hand unserer Versuchsergebnisse eine Ahnung, wenn man die Milchwirthschaften vor den Thoren grosser Städte betrachtet.

In diesen Wirthschaften werden nur milchende Kühe gehalten und haupt-sächlich mit Küchenabfällen ernährt, welche die Rückfracht der Milchwagen aus der Stadt bilden. Kühe, die frisch

milchend oder hochträchtig sind, wer-den gekauft, abgenutzt und dann dem Schlachter übergeben. So oft ich diese Ställe durchgemustert habe, fand ich fast immer perlsüchtige Kühe darin, wenn auch oft noch ohne auf-fällige Abzehrung; ich habe zuweilen mehr als die Hälfte des Viehbe-standes der Perlsucht verdäch-tig befunden. Dies ist auch sehr er-klärlich, weil in der Regel nur ältere und vor allen Dingen die Kühe aus-rangirt und frischmilchend an die Milch-wirthschaften verkauft werden, welche bei gutem Futter nicht mehr recht ge-deihen und sich durch Husten der Perl-sucht verdächtig machen.

In diesen Milchwirthschaften stehen **die Ammen der meisten Kinder in grossen Städten.**“

Als Grundsätze für die Praxis leitet Gerlach Folgendes ab:

„1) Auf Verminderung, resp. Ausrot-tung der Perlsucht bei dem Rindvieh muss nachdrücklich gehalten werden. Immer schon lag dies im öconomischen Interesse der Landwirthe, jetzt liegt es aber auch im Sanitätsinteresse.

Möglich ist dies, weil die Perlsucht gewöhnlich angeerbt oder mit der Milch angefütert wird. Die Erblichkeit kennt man längst, beachtet sie aber trotzdem bei der Züchtung sehr wenig, die zweite Ursache haben wir aus vorstehenden Versuchen kennen gelernt. Beide Ur-sachen machen die Thatsachen erklär-lich, 1) dass die Perlsucht eine Fami-lien- und Heerdekrankheit ist, dass sie, sobald sie in einer Viehheerde aufge-taucht ist, von Jahr zu Jahr zunimmt, wenn aus derselben zugezüchtet wird, und nach einer Reihe von Generationen schliesslich jedes Rind der Heerde an Perlsucht leidet; 2) dass es Ställe und grosse Heerden giebt, wo die Perlsucht ganz unbekannt ist, dass es Rinderfami-lien giebt, die rein sind und dass ganze Heerden rein gehalten werden können. Diese Thatsachen weisen darauf hin, wie ausser der Vererbung

und der Inficirung mit Milch kaum noch eine andere Ursache in Betracht kommt.

Stambücher anlegen, aus ge-sunden Familien züchten und nur aus diesen die Milch als Nahrungsmittel für die Zucht-Kälber zu verwenden, das sind die Grundbedingungen, die Perl-sucht aus den Viehställen zu verbannen.

2) Das Fleisch von perlsüchtigen Rindern muss von der menschlichen Nahrung ausgeschlossen, Schlachthäuser müssen errichtet werden. Dieser Passus ist für uns ein überwun-dener Standpunkt.

3) Die Kühe dürfen fortan nicht mehr als Amme dienen, wenn ihr Ge-sundheitszustand nicht festgestellt ist. Die Perlsucht ist aber leider erst erkennbar, wenn sie einen gewissen Grad erreicht hat, des-halb wird es immer an Sicher-heit fehlen, wenn nicht die Abstam-mung aus Heerden festgestellt werden kann, in denen die Perlsucht fremd ist. Ziegen leiden nach den bisherigen Erfahrungen nicht an Perlsucht, sie sind deshalb bessere Ammen.

4) Die Milchcur, das methodische Trinken der rohen Milch, womöglich warm, von der Kuh, ist bedenklich ge-worden und darf nur noch stattfinden, wenn man sich von dem Nichtvorhan-densein der Perlsucht überzeugen kann.“

So weit Herr Geheime Med.-Rath Gerlach. Ich will von ganzem Her-zen wünschen, dass im Interesse der allgemeinen Gesundheit, im Interesse der Tausende, ja vielleicht Millionen von Kindern, die Kuhmilch geniessen, recht bald die angedeuteten Massregeln ergriffen werden, welche die Gesund-heit der Rinderheerden bessern sollen. — Doch so viel schon damit erreicht wäre, die Gefahr wird damit noch nicht ganz beseitigt. Schlechte Nah-rung, schlechte Stallung, Mangel an Bewegung und frischer Luft wird auch Kühe aus reinen Heerden von Neuem



schwindsüchtig machen — das liegt in der Natur der Sache, wird aber auch von Röll und andern Autoren ausdrücklich anerkannt.

Was jeder Einzelne jetzt schon thun kann ist Folgendes:

1) überzeuge man sich, so weit das möglich ist, durch eigenen Augenschein oder durch thierärztlichen Beirath von der Gesundheit der Kühe, welche seinen Kindern die Milch liefern.

2) gebe man den Kindern lieber nur gekochte Milch, denn es wird angenommen, dass durch Kochen die Ansteckungsfähigkeit zerstört werde. Ob darauf Verlass ist, muss allerdings erst experimentell bewiesen werden.

3) für Säuglinge, welche die Muttermilch entbehren müssen, oder deren Mütter selbst zur Schwindsucht neigen, suche man lieber Ziegenmilch zu bekommen, als Kuhmilch.

Wir Vegetarianer aber müssen durch sorgfältige Aufzeichnung aller Erfahrungen Bausteine sammeln zur endgültigen Entscheidung der Frage: ob, den Säugling ausgenommen, die Milch in jedem Fall entbehrlich sei. Die Bejahung dieser Frage ist die einzige radicale Lösung, die einzige, die unsern Principien vollkommen entsprechen würde, — hoffen wir, dass sie uns möglich werde und versage bei der Prüfung Keiner seine Mitwirkung.

A. v. S.

Prag, Juni 1870.

Geehrtester Herr!

Im „österreichischen Oekonomisten“ fand ich jüngst eine Zusammenstellung der Nahrungsmittel-Quantitäten, welche in einigen Europäischen Ländern pr. Jahr und Kopf consumirt werden und es dürfte diese Zusammenstellung, welche der „Oekonomist“ einem Werke des französischen Statistikers Maurice Block entnommen, für jeden über die Ernährungsfrage Denkenden, ganz besonders aber für jeden Vegetarianer von grossem Interesse sein, da sie mir sehr dazu

geeignet scheint, die Wichtigkeit, welche unsere diätetischen Gegner dem Fleischgenusse beilegen, ganz abgesehen von der Schädlichkeit desselben, ad absurdum zu führen.

Mich haben die Ziffern der erwähnten und unten folgenden Zusammenstellung zu einigen, wie ich glaube, nicht uninteressanten Calculationen veranlasst, die ich mir erlaube Ihnen mitzutheilen für den Fall, dass Sie dieselben für unser Vereinsblatt geeignet halten sollten.

Maurice Block hat gefunden, dass in England pr. J. u. Kopf. neb. 400 Zpfd. Cereal. 56 Zpfd. Fl.

|                                      |       |   |    |     |   |
|--------------------------------------|-------|---|----|-----|---|
| Frankreich                           | 410   | „ | 50 | „   | „ |
| Preussen                             | 320   | „ | „  | „   | „ |
| ca. 600 Pfd. Kartoff. = ungefähr 100 | „     | „ | u. | 37½ | „ |
| Russland                             | 575   | „ | 40 | „   | „ |
| Oesterreich                          | fehlt | „ | 23 | „   | „ |
| Belgien und Holland                  | fehlt | „ | 36 | „   | „ |

consumirt werden, so dass also anzunehmen ist, dass die Nahrung eines Europäers ungefähr durchschnittlich zu  $\frac{9}{10}$  aus Cerealien, also Getraide und Hülsenfrüchte und nur zu  $\frac{1}{10}$  aus Fleisch besteht; oder aber, dass der weit überwiegend grössere Theil der Bevölkerung Europa's, und zwar, da der Fleischconsum sich mehr oder weniger auf die Städte concentrirt, gerade der gesündere und die schwerste Arbeit leistende Theil, die Landbewohner, sich fast ausschliesslich von Cerealien nähren.

Wie wenig begründet der Einwand wäre, den man gegnerischer Seits erleben könnte, dass obiges  $\frac{1}{10}$  Fleischconsum für die Ernährung „mehr ausgabe“ als die genossenen Cerealien, fand ich, wenn ich mit Zugrundelegung der von Carl Vogt, physiolog. Briefe I. Seite 96 angeführten Nutritions-Scala der gebräuchlichsten Nahrungsmittel mir berechnete, wie die aus seiner Fleischnahrung dem Blute des Engländers, Franzosen etc. zugeführten Blutbildner

zu den in Cerealien aufgenommenen sich quantitativ verhalten.

Nach obiger Scala, die man gewiss als möglichst verlässlich, jedenfalls nicht als parteiisch, ansehen darf, denn Voigt ist meines Wissens durchaus kein Vegetarianer, enthalten

|                     |              |           |        |     |
|---------------------|--------------|-----------|--------|-----|
| Fleisch v. Säugeth. | ca. 15%      | Blutb. u. | 75-80% | W.  |
| Waizenm.            | durchschnitt | „         | 12-19% | „   |
| Roggenm.            | „            | „         | 10-16% | „   |
| Gerste              | ca. 14%      | „         | 12-15% | „   |
| Erben               | durchschnitt | „         | 24,4   | „   |
| Linsen              | schnitt      | „         | 26,5   | „   |
| Bohnen              | ca. 25%      | „         | 24,7   | „   |
| Kartoffeln          | „            | 2,5       | „      | 75% |

es stehen also unsere Getraide-Arten an Blutbildner-Gehalt dem Fleische im Durchschnitt ungefähr gleich, während Hülsenfrüchte ca. 25%, also weit mehr Blutbildner enthalten, als Fleisch, und eine aus  $\frac{2}{3}$  Getraide und  $\frac{1}{3}$  Hülsenfrüchte gemischte Nahrung mit ca. 18% Blutbildner das Fleisch an Nährwerth noch bedeutend übertreffen würde.

Ich nahm indessen an, dass in obigen Quantitäten consumirter Cerealien die Hülsenfrüchte nicht bis zur Höhe eines Drittels vertreten sind, reflectirte also nicht auf den durch sie herbeigeführten Mehrwerth für die Blutbildung, sondern nahm nur den Gehalt des Getraides allein mit 15%, also gleich dem des Fleisches, was, da Waizen in der Mischung vorwiegend ist, gewiss nicht zu hoch gegriffen sein dürfte, und finde dann, dass das Blut des

|           |                   |              |                   |               |
|-----------|-------------------|--------------|-------------------|---------------|
| Engländer | zu $\frac{1}{4}$  | aus Fleisch, | zu $\frac{7}{8}$  | aus Cerealien |
| Franzosen | „ $\frac{1}{5}$ „ | „            | „ $\frac{8}{9}$ „ | „             |
| Preussen  | „ $\frac{1}{2}$ „ | „            | „ $\frac{1}{2}$ „ | „             |
| Russen    | „ $\frac{1}{4}$ „ | „            | „ $\frac{1}{4}$ „ | „             |

gebildet wird. Und da behaupten die Vertreter der Fleischkost allen Ernstes, dass die Ernährung eine mangelhafte sein würde, wenn der Engländer statt der 56 Pfd. Fleisch nun 56 Pfd. mehr Getreide oder 35 Pfd. mehr Hülsenfrüchte, die Franzosen statt der 50 Pfd. Fleisch nun 50 Pfd. mehr Getreide oder 30 Pfund mehr Hülsenfrüchte u. s. w. geniessen würden?! oder wollen gar aus dem Verhältniss des von den Engländern

pr. Kopf verzehrten Fleischquantums zu jenem, welches dem Russischen oder Oesterreichischen Magen durchschnittlich zugeführt wird, den Unterschied zwischen der Energie und den Leistungen des Englischen gegenüber, denen des Russischen oder Oesterreichischen Volkes erklären, wie der Oekonomist es gern thun möchte?! Für jeden Unterschied lassen sich denn doch wahrlich ganz andere Ursachen finden!

Ich freue mich, in der nächsten Nummer unseres Vereinsblattes recht Ausführliches über die Versammlung der Vegetarianer vom 9. Juni in Berlin, an der theilzunehmen ich leider bis heute für mich keine Möglichkeit habe, zu lesen und zeichne

Ihr hochachtungsvoll ergebener  
Otto Busse.

### Das Mode-Temperament

ist, Gott sei's geklagt, das hypochondrisch-hysterische, zu Deutsch: Grillenkrankheit. Dieses Temperament eines überfeinen Zeitalters macht die Grundlage aller Misanthropen, empfindsamer Melancholiker, bitterer Lacher, allgefälliger Weltlinge und moralischer Taubstummen. Alles geht auf hypersthenisch, hyperphilosophisch, hyperpolitisch, hyperreif etc., was unsere minder feinen Alten übergeschnappt genannt haben würden. Die Ueberschrift dieses Capitels könnte auch heissen: „Ueber den Einfluss der Krankheiten auf Denken und Empfinden“ und gegen widernatürliche Krankheiten hat Mutter Natur kein anderes Mittel als: „Wasser thut's freilich nicht, sondern thut Busse und glaubt an das Evangelium der Natur.“

Unordnung im Unterleibe und Eingeweiden kehren oft die ganze Ordnung unserer Begriffe und Gefühle um bis zum Delirium, und sie muss sich richten nach schlappen Werkzeugen. Magen, Gedärme, Geschlechtsorgane, Nerven etc. wirken so viel auf unsere Denk- und Gefühlsvermögen als die

fünf Sinne — ein Product von Reizen und wahrer Instinkt. Gar viel hängt vom Gehirnbrei ab, ob er weich oder hart, rein oder unrein ist, und der göttliche Funke der Vernunft muss auf das unwürdigste Galle und Schleim unterliegen, oder den örtlichen Reizen des kleinen Fleckchens, das man nicht nennt. Hypochondrie ist eine wahre Verwirrung des Sensoriums, ein Irrsinn über unseren Gesundheitszustand, und gehört unter die ersten und vorbereitenden Grade der Narrheit.

Im Schoosse des Ueberflusses versinken gerade die, welche am glücklichsten sein könnten, in Langeweile und Eitelkeiten; ihr Menschenhass — Anfangs blosses Phantasiespiel — geht in wirklichen über, und macht sie zu moralischen Cretins, die häufig am Hofe, in grossen Städten und auf Universitäten gefunden werden; nicht so unter Landleuten, denn ihre Umgebung verzärtelte sie nicht, und die Arbeit lässt ihnen keine Zeit.

Es waren wohl glückliche Zeiten, wo man gar nichts von Nerven wusste, die erst mit dem Britten Whyto Mode wurden; nun wollte Jedes nicht blos Nerven, sondern schwache und delicate Nerven haben.

Diese eingerissene Nervenschwäche vermehrte die Uebel dieser Welt durch eingebildete, und schuf das Heer elegischer Empfindlerinnen und Delikatchen, die bedauert sein wollen, während man nur über sie lachen kann, bei ihrem sentimental Snick snack. Bald wird man bei moralischer Zurechnung nach dem Barometer sehen müssen, wie vormals nach Constellation, und der nervenschwache Körper wird eine Wetterveränderung richtiger voraussagen als dieser. Unsere vielen Bücher für Hypochondristen machen halbe Grillenfänger vollends zu ganzen und die geringste Kleinigkeit kann sie verstimmen, wie alte Dorfkirchenorgeln. Wenn es auf Dörfern Hypochonders giebt, so ist es meist der Herr Pfar-

rer, entweder durch zu vieles Studiren oder Nichtsthun. Gartenarbeit wäre das beste Gegenmittel, und im Winter Holzsägen. Der Hypochonder glaubt sechs Tage lang zu sterben, und am siebenten ist er im Stande über Alles zu lachen und sich Alles zu erlauben, was ihm der Arzt verboten hat, bald furchtsam wie ein Kind, bald kühn wie ein Held, bald geistvoll, bald dumm wie eine Auster, immer aber ungleich und phantastisch. Ihn irret schon die Fliege an der Wand, und nun erst ein tüchtiges Donnerwetter! Er kriegt in's Bett oder in den Keller, verstopft die Ohren und lässt die Fenstervorhänge nieder unter Angst und Zittern, während der Storch auf dem Giebel seines Hauses ruhig im Neste steht, wie ein Felsen. Weiber springen vollends herum wie Katzen und schreien wie Marder; jeder Windstoss regiert sie wie Wetterfahnen. Echte Hypochonders haben alle Krankheiten, von denen sie lesen, und jener, der gelesen, dass Kirschkerne im Magen gekeimt, und Erbsen im Ohrenschmalz, ängsteten sich, dass dies in seinen verschleimten Gedärmen auch der Fall sein könnte mit den reichlich genossenen Stachelbeeren.

Man hat gut sagen: „Man muss sein Gemüth beherrschen und seine Einbildungen“, aber gerade hier sitzt der Knoten. Dieses traurige Temperament wird vorzugsweise vom Körper beherrscht; nur Alter, wo die Reize abnehmen, kurirt es oft, oft aber nur der Tod. Sie haben einmal den Kirchhofhusten und den Stein im Kopfe, ehe sie solchen noch in den Nieren haben, und Jener, der annahm, dass er in vollkommener Gesundheit 200 Pfund wiegen müsse, kam gar nicht mehr von der Wage, Alles musste sich nach der Wage richten, ab und zuthuend, je nachdem er sein Gewicht über oder unter 200 Pfund fand. Es gab Hypochonders, die vom Winde fortgeweht zu werden fürchteten; andere sahen

sich mit ungeheueren Nasen, Beinen von Glas oder Stroh und ohne Kopf, und andere fühlten, wie sie ins Unendliche wie Fäden auseinandergezogen, und dann wieder zum Klümpchen zusammengedrückt werden.

Ein Apotheker bildete sich ein, einen Kirsch kern in der Luftröhre zu haben, Alles stand um den auf seinem Canapé Aechzenden her, bis der berühmte Operateur kam und fragte: „Haben Sie nicht viel gehustet? — Ach Gott, seit vierundzwanzig Stunden nicht.“ — „Nun, so stehen sie auf, Sie haben keinen Kirsch kern in der Luftröhre.“

Nervenschwachen Damen ist schon das Sumsen einer Fliege vor den Ohren wie entfernter Donner, der Knall eines geöffneten Nadelbüschens wie der eines Pistols; man darf nicht gehen, nur schleichen, und nicht reden, nur lispeln. — Sie schauern zurück vor der Berührung eines Sammtkleides, und fallen in Ohnmacht, wenn man Papier zerreisst, Korkstöpsel zerschneidet, oder mit dem Messer auf einem Teller kritzelt. Aber wenn sie vor Mäusen, Katzen, Spinnen, Fröschen, Eidechsen und harmlosen Schlänglein förmlich in Ohnmacht fallen, wenn ein Dr. Ebel sich mit Bleivergiftung quält, weil sein Taback, in Blei gepackt, und sein Regenwasser aus bleierner Röhre kommt, und Madame d'Esclignac vor tollen Flöhen zittert, da sie ja durch das Blutsaugen an tollen Hunden nothwendig toll werden mussten, so ist dies toller als tolle Flöhe. Wie beneidenswerth ist da die Impassibilität der Insekten! Eine Fliege fliegt davon mit ein paar ausgerissenen Füßen, und wie beschämt unsere Damen die Indianerin, die einem aus dem Gebirge stürzenden Tiger schnell ihren Sonnenschirm vor den Augen aufschlägt; der Tiger schleicht beschämt zurück und sein Opfer ist gerettet. Ich habe junge Leute beiderlei Geschlechts schwindeln sehen, nicht auf einem schmalen Brett über dem Wasser, auf einem Thurm oder in einem Kahne, sondern

schon bei einem sich drehenden Mühlrade, schnellen Strom, oder wirbelnden Schneegestöber. Sie schwindeln bei jeder Kreisbewegung und können doch meist recht gut walzen. Sie schwindeln schon, wenn sie lesen, dass Max I. zu Innsbruck sich auf den Kranz des Thurmes gestellt, und mit den Füßen wechselnd 1½ Schuhe in die Luft hinaus gemessen habe. Es sind schon Helden, die bei einer Ueberfahrt über einen Fluss im Kahn stehen bleiben, ohne Riechfläschchen sein und rückwärts im Wagen sitzen können, ohne zu schwindeln.

Allzu grosse Zartheit der Gefühle ist ein wahres Unglück. Glück und Unglück hängen nicht von uns ab, — die Unabhängigkeit des Weisen von äusseren Umständen ist eine hohle Philosophenidee der Stoa — wohl aber eine gewisse ruhige Kälte eine Wohlthat, die ganz verschieden ist von der affectirten Katergravität gewisser Personen vom Stande oder in gewissen Amtswürden.

Kant mit seiner engen Brust war ein geborner Hypochonder, ein feuchtes Druckblatt konnte ihm Schnupfen erregen, und in früheren Jahren litt er sogar an Lebensüberdruß; aber die Ueberlegung, dass es einmal nicht anders sei, machte seinen Kopf weit und heiter, während die Brust stets beklommen blieb. Diese philosophische Abkehrung von unangenehmen Körpergefühlen ist nicht in Jedermanns Gewalt, wohl aber Diät, Bewegung, vorzüglich Baden, die regelmässigen Sitzungen nicht zu vergessen.

Hacken un Sorgen  
Kummt alle Morgen  
Sorgen wil wir laten stahn,  
Hacken sinen Gang schall gan.  
Aus Webers Democrit. Mgr.

Breslau. Mit Verwunderung liest man in Nr. 19 des Vereinsblattes „Grahambrod bei Stibale in Breslau.“ Dies angebliche Grahambrod ist wider-

lich schmeckend und entweder nicht treibstofffrei oder sonst verfälscht. Gutes Grahambrod bäckt z. Z. nur die Breslauer Volks-Bäckerei, Kupferschmiedestr. 42... Breslau ist eine Bierstadt, wie kaum eine zweite, für Vegetarianer interessirt indessen der hiesige „Milchgarten“ an der Promenade, auch „Heiraths“- und „Artibus“-Garten genannt. Hier giebt's Bier, Milch, saure Milch, Buttermilch, Fruchtlimonaden, Kaffee, Thee, Kalte Schalen, Brod, Butter, Radieschen, Obst, Spargel, Kartoffeln, Eierspeisen und abends — 5 bis 600 Menschen, also ein Boden, der schon halbvegetarianisch ist, wie die vereinzelt stehenden Bierseidel beweisen.

**Dessau.** 7½ Pfund Schrot mit 4 Pfund Wasser giebt ausgebacken neun Pfund Grahambrod. Fr. Hankel.

**Waid** bei St. Gallen. Herr Th. Hahn dortselbst hat ein Knabeninstitut unter Leitung des Herrn C. Kemmer, sowie einen Kindergarten errichtet, welches hiermit empfohlen seien!

**Hamburg.** Grahambrod ist zu haben beim Bäckermeister Carle, Bathausstr.

**Ein Vegetarianer, junger Mann,** 4 Jahr im Buchhandel, im französischen und englischen gewandt, sucht Stellung in einem grösseren Geschäft. E. B.

Von **Th. Hahn** erschien: Ueber die Menschenpocken (Blattern), über Impfung und Impfwang. Berlin, Grieben, 1870. 6 Sgr.

### Deutscher Verein für naturgemässe Lebensweise.

Die geehrten Freunde der naturgemässen Lebensweise ersuchen wir ergebenst, den Vereinsbeitrag pro 1870/71, sowie etwa noch restirende Beiträge für das abgelaufene Geschäftsjahr und andere Zuwendungen kostenfrei an uns einsenden zu wollen, wogegen wir umgehend die Legitimationskarte, welche gleichzeitig als Quittung dient, durch die Post übermitteln werden.

Zuschriften bitten wir an die Adresse des mitunterzeichneten Vorsitzenden, Stadtverordneten L. May, Linienstrasse 233, gelangen zu lassen.

Berlin, den 25. Juni 1870.

L. May, Vorsitzender. Dr. Baron, Kassirer. Dr. Nauhaus, Schriftführer.

➤ Erschienen ist: **Ed. Baltzer**, das Buch von der Arbeit. Zweite Auflage 1870, Nordhausen bei Ferd. Förstemann. 20 Sgr.

➤ Ferner erschien: **Ed. Baltzer**: „Zur Kunst des vernünftigen Lebens.“ (Ein Flugblatt zur Propaganda.) Nur vom Verfasser zu beziehen. 25 Stück 5 Sgr.

➤ Ferner erschien: **Vegetarianisches Kochbuch.** Dritte Auflage mit Vorwort von Eduard Baltzer. 6 Sgr.

➤ **An die Abonnenten!** Der dritte Jahrgang dieses Blattes, d. h. Nr. 21 bis 30, wird durch alle Buchhandlungen und auch direct von mir zu beziehen sein: Preis 20 Sgr. Die Mittheilungen des Vorstandes des „deutschen Vereins für naturgemässe Lebensweise“ werden in diesen Blättern stehen oder als Beilagen beigegeben werden. Ich bitte um freundliche Unterstützung!

**Eduard Baltzer.**

➤ Ueber den Vereinstag in Berlin und meinen daselbst gehaltenen Vortrag kann ich meinerseits erst später berichten, da ich eine Reise nach Nürnberg zu machen hatte. In letzterem Ort, wo ich zur Synode fr. relig. Gemeinden geladen war, wurde ich auch veranlasst, einen Vortrag (vor zahlreichem sehr aufmerksamen Publikum) über Vegetarianismus zu halten! Diese Vorträge werden in Druck erscheinen. Für Dissidenten bemerke ich, dass der Vortrag in der fr. Gemeinde zu Berlin „Zur Selbstkritik“ bereits erschienen ist.

**Ed. Baltzer.**

**Nach Perna:** Haben Sie Geduld! die Perner Zeitung wird die Entdeckung auch noch machen, dass wir keine „Secte“ sind, vor der Hand ist ihr die ganze betreffende Literatur alter und neuer Zeit noch fremd!

Selbstverlag des Herausgebers **Eduard Baltzer** in Nordhausen.

In Commission bei **Ferd. Förstemann** daselbst.

Druck von **Th. Müller** in Nordhausen.

**Nächste Nummer erscheint Mitte August.**