

2. Das **Grahambrod** von Johann Koffer in Wien. „Die Leistungsfähigkeit des Grahambrodes in Bezug der Ernährung, Verdauung und Ausscheidung“. (Vergleiche oben Seite 378.)

3. Unter der Presse ist:

Die natürliche Lebensweise

Erster Theil:

Der Weg zu Gesundheit und sozialem Heil.

Von

Eduard Baltzer.

Mit 2 Tafeln Abbildungen.

Zweite Auflage.

Nordhausen 1871. Ferd. Förstemann's Verlag.

Adressbuch. Die geehrten Leser erlaube ich mir daran zu erinnern, dass sie, wenn es nicht schon geschehen, den mit voriger Nummer ausgegebenen Fragebogen nicht vergessen, sondern wohl und mit recht deutlicher Schrift ausgefüllt, **sofort** an den Vorstand des deutschen Vereins für naturgemässe Lebensweise, z. H. des Hrn. Louis May, Berlin, Linienstr. 233 senden wollen unter Berücksichtigung der in voriger Nummer ausgesprochenen Bitten. Unter anderem wird ja das Zustandekommen eines Adressbuchs, das wir gewiss alle wünschen, von der regen Betheiligung abhängen. (Wer einzelne Fragen zu beantworten Bedenken trägt, gebe wenigstens die unverfänglichen Antworten. Vom Vorstände darf er übrigens selbstverständlich jede Discretion erwarten.)

Ich bringe hierdurch in Erinnerung, dass der jetzige Vorstand des deutschen Vereins für naturgemässe Lebensweise in Berlin domicilirt, und Zuschriften für diesen nicht an mich, sondern an Herrn L. May, Berlin, Linienstrasse 233 zu richten sind.

Das für Herrn L. Hahn in Mexico bestimmte Album, nebst dem auf dem Vereinstag beschlossenen Dankschreiben ist abgegangen. Eine stattliche Gallerie von mehr denn 100 Vegetarianern fanden sich darin zusammen. Nachzügler nehme ich noch an und werde sie gelegentlich nachsenden, wie ich auch bereit bin den Festmarsch des Herrn L. Hahn Mitgliedern des Vereins, die ihn etwa noch nicht erhielten, auf ihren Wunsch gratis zuzusenden.

E. d. Baltzer.

Briefkasten. Herr J. G. in Mt. Besten Dank! Hat keine Eile. 10 Sgr. 6 Pf. — Herr J. in C. Der Vegetarianismus hält was er verspricht. Man muss sich nicht mehr versprechen, als er halten kann, zumal wenn man ihn vielleicht nicht richtig anwendet. Er ist kein ärztlich Recept, sondern die Norm des physischen und folgeweise geistigen Menschenlebens. Wer ihn erkannt zu haben glaubt und doch aufgibt, mag wohl im Erkennen oder Ueben desselben geirrt haben. — L. H. in Mex. Sie werden meine Briefe direct, und später eine Kiste pr. Nagel und Sagert, Hamburg, hoffentlich erhalten haben.

Berichtigung: Seite 346a lies: „dass aber das in der . . . Einnehmen von Chinin etc.“

Dieser dritte Jahrgang (Nr. 21—30) ist durch jede Buchhandlung oder direct vom Herausgeber gegen portofreie Einsendung von 20 Sgr zu beziehen.

Selbstverlag des Herausgebers **Eduard Baltzer** in Nordhausen.

In Commission bei **Ferd. Förstemann** daselbst.

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

Nächste Nummer erscheint mit dem Neujahr.

Vereins-Blatt

für Freunde

der natürlichen Lebensweise

(Vegetarianer).

Jahrgang III.

Nr. 21—30.

N^o 25.

Nordhausen, den 2. Januar.

1871.

Motto: Diejenigen, welche sich durch diese Bemerkungen veranlasst finden, es einmal ernstlich mit dem vegetabilischen System zu versuchen, sollten vor Allem mit der Befolgung desselben **von dem Augenblick ihres Ueberzeugtseins beginnen!**
Schelley (bei Strodtmann) S. 145.

Der Krieg.

Der Vegetarianer tödtet Thiere absichtlich nur aus Nothwehr, nie aus Lust. Wie viel weniger vermag er Menschen zu tödten, es sei denn aus Nothwehr, und auch da kann es ihm nie zur Mordlust werden. Die Todesstrafe ist ihm unmöglich, und der Krieg ist ihm der schrecklichste der Schrecken.

Der Carnivore ist heutzutage, — Dank der Macht humaner Ideen, über das Menschenmorden meist mit ihm einverstanden. Aber mit seinem System steht es in Einklang, dass er Thiere freiwillig tödtet, tödtet zur Lust, tödtet zum eigenen Verzehr, ja dass er sie erzieht und hegt um sie zu tödten und aufzuessen. Die Jagd ist ihm daher eine „noble Passion“; Fürsten gefallen sich zuweilen darin, das Wild hundertweise Schuss um Schuss abzuthun und welche Leidenschaften das „edle Waidwerk“ erregt, ist bekannt.

Von Thier- zur Menschenjagd ist nur ein kleiner Schritt. Der Sioux Indianer betrachtet die Weissen als Edewild, und man lese Dixon, um zu sehen, dass der Grenz-Europäer dort den Indianer hierin noch übertrifft. Den Krieg in Abessinien betrachteten manche Engländer nur als eine Art höhern Sport, und bei jedem „civilisirten“ Kriege können wir beobachten, dass einzelne ganz Unbetheiligte doch

„den Krieg mitmachen“ aus irgend einer Passion. Es giebt auch geistige Epidemien! Uebrigens erzeugt das System die Lust am Kriege. Verkündeten doch deutsche Feldherrn von der Tribüne herab, dass sie auf eine „Mobilmachung“ schon förmlich brennen, geschweige auf den Krieg, sie wollen dem Lande doch beweisen, dass sie nicht umsonst bezahlt werden. Ist dann der Krieg einmal da, — nun dann ist „Blut“ die Losung und der Vegetarianer selbst muss mit ins Feld, um sich seiner Haut zu wehren. Dann ist der Mensch ein gereizter Löwe, erst wenn er des Blutes genug hat, macht er den Versuch — wieder Mensch zu werden. Das ist der Krieg.

Auch von unsern Freunden mag mancher den Krieg practisch getheilt haben. Der erste Officier, der Franzosen von deutschem Boden jagte, war Rittmeister von Luck; Oberstlieutenant v. Knörzer ward vor Paris in den letzten Novembertagen verwundet. Möchten sie glücklich heim kehren! Vielleicht gefällt es dem Einen oder Anderen, seine Kriegserfahrungen in Bezug auf Vegetarianismus mitzutheilen.*)

*) Leider hören wir, dass Herr v. Luck später gefallen sein soll; Hr. v. Knörzer aber verlor einen Arm, sein Schwager ein Bein, und sein Sohn — zählt gar zu den gefallenen Opfern! Armes Vaterland!

Wie viel leichter die Verproviantirung eines Heeres, einer Stadt, einer Flotte, nach unserer Weise wäre, leuchtet von selbst ein. Napoleon war bei einem ganz klugen Gedanken, als er sich vornahm, die in Metz und Strassburg concentrirten Heere mit Schiffszwieback zu verproviantiren, um sie als enggeschlossenen Keil in der Gegend von Weissenburg zu vereinen und zwischen Nord- und Süddeutschland auf der Mainlinie bis an das Fichtelgebirge vorzustoßen! Wer weiss, welche Geschicke über Deutschland gekommen wären, wenn die Deutschen ihm nicht zuvor gekommen wären! Das Lager von Chalons etc. hat gezeigt, wie viel Zeit die Franzosen mit Befriedigung von tausend Bedürfnissen verloren, während die deutsche Militärzeitung den ausziehenden Herren wenigstens die Verderblichkeit des Branntweins auseinandersetzte! Jemehr die Massenconcentration und zwar die Schnelligkeit der Concentration und folgeweise die leichte Verproviantirung derselben in den Vordergrund tritt, desto unwillkürlicher wird man auf Prüfung und Anwendung unserer Principien kommen. Sie helfen dann freilich die Kriegstüchtigkeit noch gewaltig steigern, aber es scheint, dieser Kelch muss erst bis auf die Hefe getrunken werden, ehe man sich zu anderen Wegen entschliesst.

Die Anfänge vegetarianischer Lebensregeln sind uns trotz alledem auch in diesem Kriege entgegengetreten, z. B. als die Militärzeitung beim Beginn die Verderblichkeit des Branntweingenusses nachwies und davon abrieth. Ueber die Verwundetenpflege siehe unsere Nr. 23. Wie weit es die infallible Wissenschaft in diesem Bezuge gebracht, zeigte u. A. die Cölnische Zeitung vom 20. November 1870, indem sie „Ein preussisches Feldlazareth“, — ein Muster, — nämlich das im Schloss zu Versailles — schildert. Sie sagt da unter Anderem: „Ausser gewöhnlicher Kost, die pro Kopf $\frac{3}{4}$ bis 1 Pfund

Fleisch nebst entsprechender Beithat von Weissbrod enthält, giebt es als Extradiät für schwerer Verwundete, je nach ärztlicher Verordnung, Schinken, Wurst, Sardellen, Brühe mit und ohne Ei, Kaffee, Thee, Chocolate, Limonade, Selterser Wasser, frische Früchte aller Art, dazu Wein, gewöhnlicher für Alle, — Bordeaux, Portwein, Porter, Champagner für schwer Kranke.“ Je schwerer die Wunde, desto stärkere Spirituosen und Fleisch! Darf man sich wundern, wenn das Volk eben so denken lernt? Wer wäre nicht meistens verhöhnt worden, wenn er auf den Bahnhöfen statt des „stärkenden“ Biers, Branntweins, Weins, der Bouillon und des Fleisches Gesunden- und Kranken-Zügen etwa vegetarianischen Hafergrützschleim hätte offeriren wollen!! Was aber erzählt z. B. Virchow in seiner Beschreibung des „zweiten Sanitätszuges“, National-Zeitung vom 10. Decbr. Nr. 587: „Auf vielen Stationen, sagt er bezüglich der Rückfahrt mit lauter Verwundeten, erschienen die Einwohner (Nachts) bei Fackelschein und brachten als grosse Erquickung nach längerer Entbehrung gutes Brod, Caffee und andere Erfrischungen. Darunter erschien wiederholentlich ein Nahrungsmittel, das Mancher gar nicht als Erfrischung schätzen möchte, und das doch unseren Verwundeten in der Nacht sehr wohl that, und ihnen nützlicher war, als die so häufig ihnen anderweit gereichten erhitzenden, alkoholischen Getränke. Es waren dies grosse Kübel mit — Hafergrütze! Diese wurde in unserer Küche warm gehalten und diente die Nacht hindurch als ein Allen willkommenes Getränk!“ Nun, warum haben denn nicht alle Aerzte **vorher** auf solche vegetarianische Wohlthat allerwärts aufmerksam gemacht?? Statt dessen müssen wir Vegetarianer von der Gartenlaube und Herrn Prof. O Funke in aller Welt uns verleumden lassen. E. B.

Friedliche Fahrt in stürmischer Zeit.

Es war Ende August d. J. — die Kriegsfurie hatte an der Mosel einen kleinen Halt gemacht; der Rhein war verschont geblieben, Dank der todesmuthigen Tapferkeit des deutschen Heeres. Da schrieb mir mein Freund, Dr. Nagel aus Barmen: „Wenn man in diesem Jahre noch wandern will, so ist es Zeit. Im September gehe ich sicher an den Rhein — wollen Sie mit, so kommen Sie bald!“ Wandern! Reisen! in jetziger Zeit? Ist denn das möglich? — Der Mensch gewöhnt sich an Alles: ich war förmlich krank gewesen, als die Kriegserklärung kam, ich hatte mit Jammer und Herzweh schon das Elend der Mobilmachung angesehen, diese Wagenzüge mit hungernden und durstenden Menschen und Pferden, diese maroden Gestalten, die nächtlich wartend auf dem Pflaster der Bahnhöfe umherlagen; ich hatte mich geschämt, dass es möglich war, die Begriffe Civilisation und Christenthum wie unnützen Plunder mit dem Schwamm der Barbarei auszuwischen, ich hatte mich förmlich geschämt, Mensch zu sein. Und jetzt waren nur wenige Wochen vergangen, wir waren mitten drin im Kriege — wie ein Strafgericht ging es her über die Mordmenschen und Mordmaschinen, die gegen unsere Brüder losgelassen waren: siech und wund wurden sie gebracht, diese Soldaten des Despoten und ihre wilden Spiessgesellen aus der fernen Wüste — siech und matt kamen auch unsere braven Streiter zurück — Tausende deckte die fremde Erde. Und jetzt erschien das Alles schon so alltäglich, so selbstverständlich, dass ich mich nicht weiter stören liess: wie im tiefsten Frieden nahm ich die Wandertasche her, hängte meinem Söhnchen einen leichten Tornister auf den Rücken, und fuhr nach Barmen. — Wir Menschen sind wunderbare Geschöpfe. —

In Barmen erlebten wir die Nach-

richt von Sedan. — Flaggen, Freuden-schüsse, Stimmenjubil, Glockenläuten im dicht besiedelten Thal der Wupper, wie allenthalben. — Habe dort liebe, herzige Leute kennen lernen, — aber meine Leser wollen aus Barmen vegetarianische Thatsachen hören, keinen Gevatterschnack. — Nun: unsere naturgemässe Lebensweise ist so einfach, ihre Resultate so gleichmässig, dass ich nichts Neues mittheilen kann; die Vegetarianer befanden sich gut, namentlich die Kinder gediehen an Geist und Körper vortrefflich. Ist aber mal in einem Menschen durch allerlei schädliche Einflüsse der Todeskeim gezeitigt, dann hilft auch leider die beste Nahrung und Heilweise nichts mehr: einen sehr braven Vegetarianer, Schriftsetzer Bimmeler, sah ich schwindstüchtig schwer erkrankt auf dem Schmerzenlager — bald danach ist er erlöst und ruht nun in Frieden. In Dr. Nagels Hause assen selbst die Hunde Obst mit Leidenschaft. — Eine kleine Lebensbehaglichkeit, die ich noch nicht kannte, waren halbe Kopfkissen, welche in Breite des ganzen Bettes, lang aber nur schmal sind, so dass sie auf dem gewöhnlichen nicht zu hohen Kopfkissen liegend, dem Schlafenden eine angenehme Stütze geben.

Nachdem sich Dr. Nagel von Haus und Patienten frei gemacht, dampften wir hinunter nach Cöln. — Verlebten dort einen schönen Nachmittag mit Herrn Alb. Rothe und Jul. Schanz, letzterer ein glücklicher Gatte und Vater zweier prächtiger noch kleinen Vegetarianer. Bahnhof Cöln bot ein lebensgefährliches Gedränge von kommenden und gehenden Menschen, Soldaten, Blessirten, vertriebenen Deutschen aus Frankreich. Wir dankten Gott, als uns endlich der lange verspätete Zug in dem freundlichen Remagen ausschiffte, der ersten Station für unsere beabsichtigten Wanderungen.

O wie ist es herrlich am Rhein! Donau und Elbe haben ihre Schönheiten, aber der Rhein ist schöner. Mit

recht ist uns Deutschen der Rhein der heilige Strom, wie dem Inder der Ganges, dem Aegypter der Nil, dem Römer die Tiber und dem Amerikaner der Mississippi. Dabei hat der Rhein seinen Charakter als uralte Völkerstrasse auf ungeahnte Weise ausgebildet: Herrliche Wege an beiden Ufern, Eisenbahnen an beiden Ufern und rastlos stromauf und stromunter gleiten auf der grünen Fluth die mächtigen Schiffe; das ist ein endloses, ununterbrochenes Kommen und Gehen. — Von Verkehr müssiger und fröhlicher Menschen war nun allerdings jetzt nicht Viel zu sehen; die grossen Hotels waren geschlossen, die meisten Schiffe fuhren unter dem rothen Kreuz Verwundete — im Gehölz oberhalb Rolandseck sagte eine Frau, die Reisig trug, als sie uns begegnete; O, Gott sei Dank, wieder Fremde!

Auf der weltberühmten Terrasse des Bahnhofes von Rolandseck war es öde und leer — unendliche Massen von Tellern, Gläsern und Tassen, ein Arsenal des Friedens, standen unbenutzt in den Fächern — und der endlose Bahnzug, der mit schrillum Pfiff jetzt eben vorüber fuhr, beförderte nur Bomben, Kugeln und Blei in Barren — wahrscheinlich nach Strassburg. — Fröhlicher war der Bahnzug, der am andern Morgen Remagen passirte und durch lautes Horngeschmetter verkündete, dass er deutsche Postillons mit Pferd und Wagen zum Elsass bringe. — Von Westen her kamen die bunten Züge mit Gefangenen von Sedan, ein phantastisch-malerischer Anblick — dazu das Völkergewirr und maskeradenähnliche Farben-Durcheinander in den Lagern der Gefangenen bei Coblenz und Mainz — die Baracken im Park von Neuwied und auf dem Scharlachberge bei Bingen — einige gefällte Bäume auf dem Glacis von Coblenz und in Mainz das Verbot, die Thürme zu besteigen — das war Alles, was uns an den mörderischen Krieg erinnerte,

der wenige Meilen westwärts wüthete.

O wie friedlich und still war es in den Thälern am Rhein! — wie wonnig auf den Höhen — wie freundlich die weissen, netten Häuser am Ufer mit den dunkeln Schieferdächern! — Wie musste besonders uns Vegetarianern das Herz lachen bei diesem Segen auf den Fluren, wo Korn und Wein und Obst in solcher Fülle neben einander standen. Besonders an Obst war dieser Herbst so reich — allenthalben waren von den schwer tragenden Bäumen dicke Aeste unter ihrer Last herabgebrochen. Das schönste Obst lag ungesucht auf den Wegen. Und von den wild wachsenden Brombeeren und Nüssen allein hätte man schon leben können. — Dr. Nagel wehrte sich auch mit Hand und Fuss, irgend etwas Gekochtes zu geniessen; aber meinem Sohne schmeckte es gar zu gut, wenn es in unseren freundlichen Quartieren ein delicates Gericht von Obst, Mehl oder Kartoffeln gab und da liessen wir beiden Alten uns mit verführen. Der Junge hatte auch seine Tafelfreuden redlich verdient, denn mindestens drei Meilen sind wir doch im Durchschnitt täglich gewandert, meist bei Sonnenschein, auch einige Male im Regen und er hat nicht ein einzig Mal über Müdigkeit geklagt, ist immer mobil und fröhlich gewesen, hat seinen Tornister getragen, wenn es nach einem andern Quartier ging und dazu die Wacht am Rhein gesungen, mehr kann man von einem 6½ Jährigen nicht verlangen!

Remagen, das Siebengebirge, die Ahr, Andernach, Coblenz, die Mosel, Oberlahnstein, die Lahn mit dem lieblichen Ems — soll ich es versuchen, von ihrer Pracht und Herrlichkeit zu reden? soll ich das Mondlicht im blitzenden Rheine, das tiefe Blau der Bergesferne am Morgen, den Zauber der Abendfarbenspiele zu schildern unternehmen? O nein, nein! das lässt sich nur empfinden, nur geniessen, nicht beschreiben. Wenn es

aber im Liede heisst; „An den Rhein, an den Rhein, geh nicht an den Rhein, Mein Sohn ich rathe Dir gut“ — so kann ich im Gegentheile allen Freunden nur rathen: Wandert am Rhein, besonders im Herbst, wenn das Füllhorn des Fruchtsegens ausgeschüttet wird, und Ihr findet Alles, was das Herz erfreut und was Euch emporhebt über die Sorge und die Alltäglichkeit des Daheims.

Mit den Preisen verhält es sich am Rhein, wie allenthalben: die grossen Hotels sind theuer und der bescheidene Wanderer findet leicht kleinere Häuser, wo er billiges, reines und nettes Quartier bekommt. Mit der Kost fand ich nirgend Schwierigkeit; nur in Ehrenbreitenstein verweigerte man mir Kartoffeln ohne Fleisch, um den andern Gästen kein böses Beispiel zu geben! (ich bezahlte natürlich gern den ganzen Preis und liess mir die reinen Kartoffeln in einem entlegenen Zimmer serviren. So hatte ich, was ich wünschte, der Wirth hatte sein Geld und die Gäste wurden nicht im Fleischgenuss irre gemacht!!)

Der knappe Raum verbietet grössere Breite; drum kurz zum Schluss. In Oberlahnstein trennten wir uns; Dr. Nagel wanderte wieder rheinunter, ich fuhr mit meinem Sohne noch hinauf bis Mainz; beschränkte Zeit verbot ein weiteres Wandern. Auf den Dampfren reisten viele kriegsgefangene französische Officiere, in Mainz und in Wiesbaden sah man sie gruppenweise — sie liessen sich's wohl sein, wenn auch auf andere Weise, als sie vorher geglaubt. — Die Franzosen sind doch eine heillose Nation! — Am Rhein folgen wir den deutlichen Fussspuren zweier Völker: Die Spur der Römer sind Strassen, Brücken, Bauten, Kastelle, Denkmäler, Bäder, deren Reste jetzt noch nach tausend Jahren zeugen, dass dieses Volk ein schaffendes war; die Spur der Franzosen sind Trümmer und Ruinen, welche redend zeugen, dass die-

ses Volk stets ein rohes, ein zerstörendes gewesen. — Ich habe niemals die Franzosen gehasst, ich habe geglaubt, sie seien gesittet, civilisirt — jetzt hat sich gezeigt, dass dies alles*) Firniss, alles Lüge war: die Nation ist so roh, so zerstörungsmüthig geblieben, wie sie stets gewesen. — Noch eine kleine pikante Thatsache: Im Rittersaale des Schlosses Stolzenfels hängen Waffen berühmter Männer: der Säbel Blüchers, die Pistolen Schills u. s. w. Hier hingen auch die Säbel des ersten Napoleon und Mürats; beide sind vor etwa 6 Jahren durch nächtlichen Einbruch gestohlen, jedenfalls (?) von französischen Händen, wahrscheinlich (?) im höheren Auftrage.

Auf dem Rückwege berührte ich Wilhelmshöhe. Hier wurde mir von Ohrenzeugen u. A. erzählt, dass Napoleon bei Tafel bei Besprechung der Lage von Paris gesagt habe: er wüsche den Parisern, dass sie ganz gehörig gedroschen würden! — Ist doch ein netter Zug landesväterlicher Zuneigung.

Jetzt treibt der Nordwind die Schneeflocken vor sich her und kein Mensch weiss, wann wir wieder Frieden haben werden. Bei all den Nachrichten aber von Kampf und Streit und Verderben steht mir lebhaft vor der Seele das Bild des hohen, majestätischen Stromes, den unsere siegreichen Streiter doch hoffentlich für alle Zeiten dem deutschen Volke zum unbestrittenen Eigenthum gewonnen haben. Mögen seine Ufer in kommenden Zeiten glücklichere Geschlechter sehen, denen Zerstörung und Blutvergiessen ein Gräul ist und die in aufrichtigem Frieden leben mit allen Völkern und mit jeder Creatur. Das walte Gott!

4/12., 70.

A. v. S.

*) Alles?? D. Red.

Der erste Grenadier von Frankreich.

(Ein Bild aus den schönen Zeiten dieses Landes.)

Im November 1743 wurde Frankreich ein Mann geboren, dessen volksthümlicher Name heute noch gefeiert und dessen Andenken unvergessen bleiben wird. Er war der Bravste unter den Braven. Man nannte ihn: den ersten Grenadier Frankreichs; La Tour d'Auvergne. Wenn seine aussergewöhnliche Tapferkeit nicht schon zur Bewunderung hinreissen würde, so müsste es doch die seltene Bescheidenheit thun, mit welcher er alle Ehren, Belohnungen und Avancements zurückwies, durch die man seine Bravour anerkennen wollte.

Schon in frühester Jugend benutzte er als Unterlieutenant im Regiment d'Angoumois einen kurzen Urlaub, um sich zur spanischen Armee zu begeben und unter dem Commando des Herzogs von Crillon gegen die Engländer zu fechten. Im tollkühnen Thatendurst verbrannte er diesen unter den Kanonen von Mahon ein Schiff und rettete einen verwundeten Freund, welchen er, umschwirrt von tausend Kugeln, aufhob und wegtrug. Er schien durch seinen Heroismus den Glanz jenes grossen Helden Turenne verdunkeln zu wollen, von dem er in grader Linie abstammte und welcher — auf den Lafetten schlafend — die Frondeurs schlug und Flandern in 3 Monaten eroberte.

Als die Revolution 1789 ausbrach, flüchtete der grösste Theil des Adels nach dem Ausland, Teophil Malo Corret de la Tour d'Auvergne hätte leicht dasselbe thun können. Dennoch blieb er der Nation und seiner Fahne treu; Hauptmann im Jahre 1790 verzichtete er schon damals im Voraus auf jeden höheren militärischen Grad.

Seine Wissenschaften gehörten zu den glänzendsten. 1792 war er der erste, welcher an der Spitze seiner Compagnie, den Degen in der Faust,

in Chambéry eindrang. 1793 bildete der General Servan ein Elitencorps, welches aus den Grenadiercompagnien der ganzen Armee zusammengesetzt war. Es zählte fast 8000 Mann und Servan befahl, dass dieses Corps — welches den Schrecken des Feindes bildete und gewöhnlich „Colonne infernale“ (Truppe der Hölle) genannt wurde — nicht durch einen General, sondern durch einen einfachen Offizier der Grenadiere selbst geführt werden solle. Man wählte den ältesten Hauptmann: es war La Tour d'Auvergne. Die „Colonne infernale“ bildete stets die 1. Division der Avantgarde und warf gewöhnlich durch ihr Uegestüm den Feind, ehe noch die übrigen Armeecorps herankamen, welche dann bereits die Strasse frei und den Weg gesäubert fanden. Mit nur einer einzigen Compagnie nahm La Tour während der Nacht die bedeutende Festung St. Sebastian.

In dieser Periode sandte der Pariser Revolutions-Convent oft seine Deputirten zu den einzelnen Armeen, um die Führer und deren Thun zu überwachen. Einer von ihnen liess auch La Tour auffordern, vor ihm zu erscheinen und seine Hoheit anzuerkennen. „Sage dem, der dich sendet“, beauftragte La Tour den Boten, „dass ich keine andere Verpflichtung kenne, als den Feind zu schlagen und zu verfolgen. Wenn aber der Regierungsabgesandte — wie du sagst — mächtiger zu sein glaubt, als ich, so will ich ihm gern meinen Platz abtreten, damit er statt meiner die Spanier in die Flucht schlagen kann.“

Ein anderes Mal rühmte einer dieser Volksrepräsentanten seinen Einfluss und bot La Tour seine Verwendung beim Convent an. „Vermagst Du wirklich Etwas, Bürger Deputirter?“ fragte La Tour, der gerade damals, wie die ganze Armee im defectesten Anzug war. „Du sollst sehen“, antwortete dieser selbstbewusst. „Man gewährt Dir also Alles, was Du forderst?“ „Auf der

Stelle!“ „Wenn das ist, so verlange für mich...“ „Was... ein Bataillon... ein Regiment... vielleicht eine Brigade?“ „Nein, nichts von Allem“, antwortete La Tour, „nur ein Paar ganze Schuhe!“ Bescheidener und uneigennütziger konnte Diogenes nicht gewesen sein, als er Alexander den Grossen bat, ihm aus der Sonne zu gehen.

Auf einem Schiff, welches ihn nach Frankreich zurückbringen sollte, machten ihn die Engländer zum Gefangenen. Er wurde mit anderen Kameraden in der Grafschaft Cornouailles detinirt. Eines Morgens fiel es den Engländern ein, den gefangenen Franzosen das Ablegen der dreifarbigigen Cocarde zu befehlen. Da steckte La Tour die seinige auf die Spitze seines Degens, welchen man ihm aus Achtung gelassen hatte, und indem er sich in Vertheidigungszustand setzte, rief er: „Wer meine Cocarde haben will, muss sie da holen, wo sie sich befindet!“

Die französischen Cocarden wurden respectirt.

Als er nach Auswechslung der Gefangenen nach Frankreich zurückkam, lebte er längere Zeit mit einem jährlichen Wartegeld von Fr. 800. Heute noch existirt das Häuschen in Passy bei Paris, in welchem er mit seinem berühmten Freund Le Brigand beim Studium alter Inschriften, Medaillen und Münzen seine Ruhetage verbrachte. Er war von wahrhaft spartanischer Mässigkeit und lebte fast nur von Milch- und Pflanzenkost. Das Directorium bot ihm den Rang und Gehalt eines Brigadegenerals an und er wies beides zurück. Der Herzog von Bouillon, sein Verwandter, verdankte La Tour's Bemühungen die Rückgabe der confiscirten Familiengüter und bot ihm dafür eine Besetzung an, deren Jahresertrag sich auf 10,000 Fr. belief. Auch dieses Geschenk wurde zurückgewiesen. Diesem Allen fügte er einen Akt grösster Aufopferung bei. Als die Conscription

seinem Freund Le Brigand — in welchem er ebenso den Patriot als den Mann der Wissenschaft verehrte — den letzten von 12 Söhnen zu entreissen drohte, trat er als Stellvertreter für diesen ein.

Napoleon, damals erster Consul, verlieh La Tour für seine Verdienste als Mensch und Soldat einen Ehrensäbel und dabei den Titel: erster Grenadier von Frankreich. Den Degen nahm er an, doch den bevorzugenden Titel schlug er mit den Worten aus: „Unter uns Soldaten giebt es weder erste noch letzte und ich beanspruche nichts, als den Titel des ältesten Grenadiers der einzigen, untheilbaren französischen Republik.“ Und er ging zur Rhein-Armee ab, welche vom General Moreau befehligt ward.

Wir kommen zum Monat Juni 1800 und zur traurigen Affaire von Oberhausen. Die 46. Halbbrigade von der Linie, welche trotz des Feuers von 8 feindlichen Geschützen, Gewehr im Arm vorgedrungen war, sah sich plötzlich von österreichischer Kavallerie förmlich überfluthet. Der Kampf war furchterlich. Nachdem die wenige Munition ausgegangen, schlug man sich mit blanken Waffen und Gewehrkolben. Dort, auf den Feldern von Oberhausen, war es, wo derjenige fiel, welcher die französische Armee durch seine militärischen Vorzüge, wie durch seine bürgerlichen Tugenden illustrierte und allen Kameraden als hohes Vorbild galt. An der Spitze der „Colonne infernale“ wurde er durch einen Lanzenstich in's Herz getödtet.

Drei volle Tage trug die ganze Armee tiefe Trauer um den grossen Gefallenen und der Tod dieses Braven liess die in der Schlacht errungenen Vortheile vergessen. Kurz vorher hatte er noch an einen Freund geschrieben: „Der Consul hat mich mit einem Degen beschenkt und obgleich ich weiss, dass unter meinen Kameraden sich keiner befindet, der nicht derselben Aus-

zeichnung würdig wäre, so habe ich ihn doch im Namen Aller und mit dem Vorsatz angenommen, ihn so nahe als möglich dem Feinde zu zeigen. In meinem Alter ist das wünschenswertheste ein Tod auf dem Felde der Ehre und hoffe ich auch, ihn zu finden.“ Sein Wunsch war erfüllt. Nach seinem Tode riefen die Grenadiere zum ehrenvollen Rang eines ersten Grenadiers ihren Kapitain Cambronne aus, dessen Charakter, Bravour und Alter die meiste Aehnlichkeit mit dem grossen Vorbilde zeigte. Der erste Konsul verordnete aber, dass der Name La Tour d'Auvergne fortwährend an der Spitze derjenigen Compagnieliste aufgeführt werden solle, welcher er, glorreichen Andenkens, angehört hatte. Alsdann verzichteten sämtliche Grenadiere auf einen Tagessold, um die Summe zum Ankauf einer goldenen Kapsel zu verwenden, in welche das Herz La Tour's eingeschlossen wurde. Bis zum Jahr 1814 begann jedesmal der Sergeant-Major den Tagesappell mit dem Namen La Tour's. Der älteste Grenadier antwortete: „hier“ und zeigte auf die Kapsel mit dem Herz des Helden, welche er am Bandeliere trug.

Auf der Stelle, wo der Tapfere und Geliebte gefallen war, auf einer Anhöhe bei Oberhausen, wurde ihm ein Monument errichtet, ebenso einfach als der Gestorbene im Leben gewesen war. In dem Augenblick, als sein Körper, gehüllt in Eichenzweige und Lorbeerkränze, der Erde übergeben wurde, drehte ein Kamerad das Gesicht der Leiche nach Neuburg zu, indem er sagte: „er muss im Grabe, wie im Leben das Auge dem Feinde zuwenden.“

Im Jahre 1814 verordnete ein kaiserliches Decret, dass die aufbewahrten Herzen der gefallenen Generäle, darunter auch dasjenige La Tour's, in dem Palast der Ehrenlegion für die Zukunft niedergelegt werden sollten. Dort blieb es bis 1815. Louis XVIII. befahl, diese Ueberreste den Familien zurückzugeben.

Welches war nun die Familie des ersten Grenadiers? Ohne Zweifel diejenige, deren Namen er trug. Demnach nahm der Graf von La Tour d'Auvergne-Lauragais das theure Vermächtniss in Empfang und fügte es einem anderen bei, welches er bereits besass: dem Herzen eines früheren La Tour d'Auvergne, des grossen Türenne. Wer hätte denken sollen, dass sich noch über dem längst geschlossenen Grabe des Helden ein Streit über dessen Herz erheben würde? Im Jahre 1838 brachte die Familie de Kersausie bei dem Tribunal in Paris eine Klage an, worin sie als einzig rechtmässige Erbin des erwähnten Nationalkleinods auftrat und dessen Herausgabe verlangte. Der erste Grenadier — wurde im Process bewiesen — entstammte nur einer Seitenlinie der La Tour d'Auvergne und hatte diesen Titel erst nach dem Absterben des letzten Herzogs von Bouillon angenommen. Sein eigentlicher Name war: Chevalier de Corret. Die Frage war also: welches sind die nächsten Erben? denn in Würdigung des Civilgesetzes durften allerdings nur diese das Herz besitzen. Seine nächste Verwandte war nun die Dame von Kersausie, die Schwester seiner Mutter. Diese Angaben wurden sowohl vom Tribunal als auch später vom Appellationshofe als begründet angesehen und Herz und Waffen des ersten Grenadiers im October 1837 Herrn und Dame von Kersausie zugesprochen. Als die Uebergabe erfolgt und die Kapsel geöffnet war, fand man sie leer. Das Herz war verschwunden und Niemand weiss, wo es geblieben.

Was man aber weiss, ist, dass in Frankreich nie die Erinnerung an den glorreichen Helden, an dieses einfache Leben, voll von Grösse, Uneigenützigkeit, Aufopferung und Vaterlandsliebe verschwinden wird, und dass ein Volk, welches solche Männer in der Vergangenheit erzeugte, auch in der traurigen

Gegenwart die Hoffnung auf eine bessere Zukunft nicht aufzugeben hat.

N. Z. Ztg.

Academische Stimmen.

Wien, Nov. 1870.

„Auf der Klinik des Herrn Professor Zeissl und einen Tag später auch auf jener des Herrn Professor v. Skoda, kam die Vegetabilität, bezüglich ihrer Verwerthung in der Therapie in einzelnen Krankheiten, zur Sprache. So äusserte sich Prof. Zeissl bezüglich der Behandlung des Harnröhren-Katarrhs in folgender Weise: „Ich bin vollkommen überzeugt, dass der Tripper, bei ausschliesslicher vegetabilischer Diät, und bei mässigem Verhalten im Bette, ohne weitere Anwendung irgend eines anderen specifischen Mittels vollständig zur Heilung gebracht wird. Allein die gesellschaftlichen Verhältnisse sind des kranken Menschen grösster Feind, und oft kann sich der Mensch in der That diesen Verhältnissen nicht entziehen, zumeist glaubt er aber sich denselben nicht entziehen zu können, und daher ist der Arzt genöthigt, ihm ein specificum zu verabreichen.“ — Welche Tragweite liegt nun in dieser kurzen Andeutung?! Allein sie wurde in ihrer Tiefe gewiss von den wenigsten der Frequentanten erfasst, oder gewürdigt. Was sagen uns aber die wenigen Worte Zeissl's anderes, als dass die Fleischiät den entzündlichen Zustand der Harnröhre, als welcher sich der Katarrh derselben in so schmerzhafter Weise manifestirt, nicht zu vermindern, noch viel weniger zu heben vermag, was jedoch die vegetabile Diät in vollkommster Weise leistet? Und doch wird diese so einfache und naturgemässe Therapie vielleicht nur in höchst seltenen Fällen in Anwendung gebracht, während im Allgemeinen die Injectionen von Alaun, Zink, salpetersaurem Silber u. s. w., deren Erfolge in Betreff der Heilung noch immer sehr zweifelhaft sind, ja, unter gewissen Um-

ständen, diese Specifica geradezu nachtheilig werden können, ohne Umstand effectuirt werden.

Tags darauf kam auf der Klinik für interne Krankheiten von Professor Skoda, die Gelbsucht zur Demonstration, welcher in dem vorgelegenen Falle mit Scrophulosis complicirt war. Nachdem nun die Gelbsucht abgehandelt war, kam die Scrophulosis an die Reihe, und als es sich um die Therapie, beziehungsweise um die hiebei zu beobachtende Diät handelte, erwähnte Skoda folgendes: „Die meisten Aerzte verbieten den scrophulös erkrankten Kindern, die Milch, Mehlspeisen, überhaupt vegetabile Diät, und verordnen nur Fleischnahrung. Diese Ordination beruht auf der Annahme, dass die vegetabile Diät, die Scrophelkrankheit begünstige, ja dieselbe sogar erzeuge. Diese Annahme ist aber vollständig unrichtig. Denn ein einziger Blick auf die Bewohner jener Länder, welche zumeist wegen Armuth keine andere Nahrung haben als Kartoffeln und Milch und Mehlspeisen, beweist uns das Unrichtige dieser Behauptung, indem die Mehrzahl dieser Leute gesund und kräftig gebaute Menschen sind. Ueberdies euthalten ja die Vegetabilien all' jene Stoffe, die der Körper zu seinem gesunden Aufbau und zu seiner normalen Erhaltung benöthiget, was uns ja schon die von Vegetabilien sich nährenden Thierwelt beweist, indem die von ihnen genossenen Vegetabilien sie vollständig normal und kräftig erhalten.“ — Kann es wohl ein schärferes Urtheil geben? Und wie vernichtend gestalten sich solche Urtheile in dem Munde so hervorragender Geister in der Medicin?! Schade, dass in der medicinischen Therapie überhaupt so wenig der diätetischen Seite das Augenmerk im Allgemeinen zugewendet wird! Wie viele Krankheitsformen würden zur Besserung, wie viele zur vollständigen Heilung gebracht werden können?! Diese unermessliche Trag-

weite können nur diejenigen annäherungsweise beurtheilen, die entweder an sich selbst oder an ihrer nächsten Umgebung in vorkommenden Krankheitsfällen, die entsprechende Beobachtung und Erfahrung für sich haben.

X. Y. Z.

Ludvig von Cornaro über die Mässigkeit.

Auszug aus seinen Abhandlungen: das Leben zu verlängern, nach Dr. Hörnig.

„Wer viel essen will, der esse wenig.“

Um nun zu dem überzugehen, worüber zu schreiben ich mir vorgenommen habe, so sage ich: die Schwelgerei ist eine schändliche Sache, weil sie die Nüchternheit und Mässigkeit unterdrückt und sich beinahe völlig unterwürfig gemacht hat. Ob schon Jedermann weiss, dass die Schwelgerei und die Trunkenheit von dem Laster der Gefrässigkeit und Schlemmerei herkommt und ein nüchternes Leben von der Tugend der Mässigkeit, nichtsdestoweniger hält man die Völlerei für eine freie und herrliche Sache; ein nüchternes Leben aber für etwas Gemeines und Verächtliches. Dies kommt alles her von der Macht der Gewohnheit, welche die Sinne und das sinnliche Verlangen eingeführt haben, die die Menschen dergestalt reizten und verleiteten, dass sie den guten Weg verliessen und sich auf einen so bösen Weg begaben, der sie unvermerkt zu den dem Körper sonst fremden und gefährlichen Krankheiten und einem frühzeitigen Alter bringt, wo sie dann schon abgelebt aussehen, bevor sie das vierzigste Jahr erreicht haben. Ein nüchternes Leben machte vormals, ehe es noch von uns vertrieben wurde, eine ganz entgegengesetzte Wirkung, denn es erhielt die Menschen bei guter Gesundheit, eben wenn sie schon achtzig Jahre alt waren.

Doch, es giebt besondere Mittel wider die Unmässigkeit und Schwelgerei, die jeder Mensch für sich selbst an-

wenden kann. Nämlich, wenn er gemäss der Einfachheit der Natur, die sich mit gar wenig begnügt, lebt, sich gewöhnt, nicht mehr zu geniessen, als zur Erhaltung des Lebens nothwendig ist und sich vergegenwärtigt, dass das, was er mehr isst und trinkt, Krankheit und selbst den Tod verursacht. Er muss denken, dass die Lust des Gaumens nur einen Augenblick währt, der Schaden aber und die Gebrechen, welche sie dem Leibe zufügt, lange Zeit anhält und endlich den Leib selbst zugleich mit der Seele tödtet. Demnach ist die Mässigkeit die beste Arznei für den Menschen. Jeder Arzt, wenn er seine Kranken besucht, sollte zu allererst verordnen, dass sie Speisen und Getränke mit Mass zu sich nehmen und diese Arznei als Bedingung fernerer Gesundheit behalten müssten. Es ist auch kein Zweifel, dass jeder Mensch künftig wird von Krankheit befreit sein, sobald er nur eine gute Lebensweise einschlägt, dadurch alle Ursachen zu Krankheiten abschneidet, und also weder Aerzte noch Arzneien nöthig haben kann. Ja, wofern er nur auf dasjenige Acht haben will, worauf er billig achten sollte, wird er sich selbst der beste Arzt sein, und das nicht nur, weil die Natur, welche sich bemüht, so viel ihr möglich ist, den Menschen zu erhalten, lehrt, wie wir uns in Krankheiten zu benehmen haben, sondern auch, weil Jedermann aus vielfältigen Erfahrungen die Beschaffenheit und verborgenen Eigenschaften seiner Natur am besten kennt.

Nichtsdestoweniger wollen die Wollüstigen und Unmässigen (wie die meisten Menschen sind) ihren Appetit befriedigen und ihre Kehle ergötzen. Obgleich sie sehen, dass sie von der Unmässigkeit so übel zugerichtet werden, so meiden sie dennoch die Mässigkeit und sagen: „es ist besser seinem Gaumen folgen und zehn Jahre weniger leben, als seine Natur ohne Unterlass im Zaume

zu halten.“ Aber sie bedenken nicht, wie viel einem Menschen gelegen sei an zehn Jahren seines Lebens und zwar eines gesunden Lebens in jenem guten Alter, wo die Klugheit, Weisheit und alle übrigen Tugenden erst jene vollkommene Höhe erreichen, welche sie nur in diesem Alter erreichen können. Endlich, alles Andere bei Seite, sind nicht gerade die vortrefflichsten und besten Werke, die wir haben, von ihren Verfassern in jenem reiferen Alter und in denjenigen zehn Jahren, welche jene Menschen ihrem Bauch und ihrer Kehle zu lieb nicht achten, geschrieben werden? Ein Unmässiger kann sich das Glück und die Zufriedenheit des Mässigen kaum vergegenwärtigen. Während jener nur vorübergehend genießt, sonst aber mit Krankheit, Unmuth und Weltverachtung zu kämpfen hat, bleiben bei diesem die Körpersäfte süß und rein, alle Dinge seiner Seele erscheinen im heiteren Lichte, und sein Geist bewegt sich mit hehrer Lust aus dem Irdischen hinauf zur erhabenen Betrachtung der Allmacht, Güte und Weisheit Gottes, und mit gleicher Liebe hinab zu den körperlichen Dingen des Allschaffenden.

O, wie heilig und selig ist die Mässigkeit, die billig alle Menschen verehren sollten! und wie unglücklich und abscheulich die Unmässigkeit, welche das menschliche Geschlecht mit so vielen Leiden überhäuft.

Ich bitte und ermahne daher alle Verständigen, dass sie die Mässigkeit, diesen reichen Schatz des Lebens, mit offenen Armen ergreifen wollen, denn er, gleich wie er alle anderen Schätze der Erde übertrifft, weil er uns ein langes und gesundes Leben bringt, ist wohl werth, dass ihn alle lieben, suchen und sich zu erhalten bemühen.

Diese heilige Mässigkeit ist Gott angenehm, eine Freundin der Natur, eine Schwester der Tugend, eine Gespielin des Lebens, und so bescheiden, edel,

schön, mit Wenigem vergnügt, voller Ordnung und Regelmässigkeit.

Die Mässigkeit ist die Wurzel des Lebens, der Gesundheit, Gewandtheit, Unverdrossenheit, Ehrbarkeit und überhaupt aller Tugenden, die einem guten und sittsamen Gemüthe zukommen, die göttlichen und menschlichen Gesetze sind ihr günstig. Ueberfüllung und Uebersättigung, Schwelgerei, Ueberfluss an Säften oder schädliche Beschaffenheit derselben im Körper, schädliche Dünste, Fieber, Schmerzen, Traurigkeit, Todesgefahr, entweichen vor ihr, wie die Nebel vor der Sonne.

Sie lockt alle Gemüther an sich durch ihre Schönheit, verspricht allen eine lange und angenehme Dauer des Lebens; durch ihre Sicherheit und Gewissheit und durch ihre Leichtigkeit macht sie jedem Menschen Hoffnung, durch sie ohne grosse Mühe zu siegen. Weiter verspricht sie, dass sie eine gültige Verwahrerin sein wolle, nicht allein des Lebens eines Reichen, sondern auch eines Armen; nicht allein des Lebens der Männer, sondern auch der Frauen, nicht allein des Lebens der alten Menschen, sondern auch der jungen. Den Reichen lehrt sie Bescheidenheit, den Armen Sparsamkeit, dem Manne Zucht, der Frau Schamhaftigkeit; dem alten Manne, wie er sich vor dem Tode schützt, dem Jüngling, wie er sich eine stete Hoffnung des Lebens erwerben könne. Die Mässigkeit macht unsere Sinne rein, den Körper gewandt, den Verstand lebhaft, das Gemüth munter, das Gedächtniss gut, die Bewegung behende, das Thun fertig und leicht. Die Seele, welche gleichsam mit einer irdischen Last beschwert war, bekommt dadurch den grössten Theil ihrer Freiheit wieder. Die Lebensgeister mit dem Blut bewegen sich naturgemäss; das Blut selbst fliesst sanft durch die Adern, eine mässige und gelinde Körperwärme bringt mässige und gelinde Wirkung hervor. Mit einem Worte, unsere Seelen- und Leibeskräfte

befinden sich in der vollendetsten Uebereinstimmung durch die schönste Ordnung.
(A. M.)

Die Temperatur des menschlichen Körpers.

Syding und Stewart haben sich mit Beobachtungen über die Temperatur des menschlichen Körpers beschäftigt, und die erlangten Resultate der königl. Societät zu London im verflossenen Monat Februar vorgelegt.

Sie machten ihre Versuche mit Personen von verschiedenem Alter, und in vielen Fällen wurden die Beobachtungen Tag und Nacht fortgesetzt. Die Temperaturen der Menschen wurden von Stunde zu Stunde aufgezeichnet, aber ausserdem auch in mehr genäherten Zeiten. Vorzüglich wurden folgende Fragen dadurch zu lösen versucht

1) Die Veränderung in der Temperatur des Menschen während der täglichen Periode.

2) Der Einfluss der Nahrung auf diese Temperatur.

3) Der Einfluss auf diese Temperatur durch den Gebrauch von kalten und warmen Bädern.

Folgendes sind die durch die Beobachtungen erlangten Resultate:

Das Maximum der Temperatur im Laufe des Tages (Tag und Nacht) von Personen unter 25 Jahren beträgt im Mittel 37,25° C, und von Personen über 25 Jahren 37,1°.

Der menschliche Körper ist einem Temperaturwechsel während des Tages unterworfen. Das Maximum seiner Temperatur tritt ein während der Zeit zwischen 9 Uhr Morgens und 6 Uhr Abends. Von 6 Uhr Abends vermindert sich die Temperatur langsam, aber ohne Unterbrechung bis um Mitternacht, wo ihr Minimum eintritt. Von 3 Uhr Morgens steigt sie bis 9 Uhr, zu welcher Stunde sie wieder ihr Maximum erreicht. Die Veränderung der Temperatur bei Personen unter 25 Jahren beträgt im Mittel 1,22°, bei Personen

zwischen 40 und 50 Jahren ist sie beträchtlich geringer und überhaupt im Mittel kaum 0,49°, zuweilen ist sie selbst nicht einmal bemerkbar.

Es ist übrigens anzuführen, dass bei alten Personen die Verminderung der Temperatur zu jeder Stunde eintreten kann, bei jungen Leuten geschieht sie regelmässig nur in der Nacht. Zahlreiche Versuche über den Einfluss der eingenommenen Mahlzeit haben constatirt, dass der Genuss von Speisen durchaus ohne Einfluss auf die täglichen Veränderungen der Temperatur des Menschen ist.

Durch den Einfluss kalter Bäder wird sowohl die innere als die äussere Körperwärme vermindert. Die äussere Körperwärme sank in einigen Fällen momentan bis auf 31° C., nach dem Bade stieg aber rasch, so dass also das kalte Bad nur wenig dauernden erkältenden Einfluss auf den Körper ausübt. Das kalte Bad hat keinen Einfluss auf den Gang der täglichen Wärmeveränderung des Körpers gezeigt. Der Gebrauch von warmen oder Dampfbädern erhöht bedeutend die Temperatur des menschlichen Körpers; ein Thermometer, unter die Zunge gebracht, stieg augenblicklich bis auf 40°. Ferner haben aber die beiden Gelehrten erkannt, dass der grössere Wärmegrad nach dem Bade durch die Ausdünstung sehr schnell abnimmt. Der übliche Gebrauch von warmen Bädern ändert nichts in dem täglichen Verlauf der Veränderungen des Wärmegrades des menschlichen Körpers.

Obiges ist der französischen Zeitschrift „L'Institut“ entnommen. Referent erkennt die Wichtigkeit der Lösung dieser physiologischen Fragen vollkommen an, es wäre aber auch noch von Bedeutung gewesen, wenn man Beobachtungen darüber gemacht hätte, welchen Einfluss lang anhaltende sehr kalte und warme Lichttemperaturen auf die Temperatur des menschlichen Körpers ausüben. Ueberhaupt hätten bei den mei-

sten angeführten Beobachtungen die Lufttemperaturen mit angegeben werden sollen, um ihren etwaigen Einfluss würdigen zu können. — (Mitgetheilt von C. Th. in Schnepfenthal.)

Ausland 1869, Nr. 45, S. 1080.

Brod von ungemahlenem Waizen.

Es ist ein bisschen spät am Tage, um die Welt darüber zu belehren, wie sie Brod backen soll, aber wenn es uns bekannt, dass die Welt verdammt ist, sehr oft schlechtes, saures, muffiges etc. etc. Brod zu essen, so gelte das schöne englische Wort:

— „Never to late to mend“ — zum Bessermachen ist es nie zu spät.

In England belehrt man uns, es sei unnöthig, das Korn erst zu mahlen — man soll Mehl machen wie man neuerdings Farben macht ohne sie zu zerreiben. Also fort mit Mühlsteinen, Staubbeutel und dem ganzen Gerumpel des Mühlzwanges.

Das neue System ist die Erfindung eines Franzosen, Namens Sezille. Er sagt uns, dass nach chemischen Ermittlungen nur 4% des Korn's (Waizen) unverdaulich seien, dass man also 96% davon benutzen sollte. Weil aber die Mühle kaum 80% von dem Korn an Mehl liefert, so ist es klar, dass man 16% verliert. Sezille sucht diese 16% auf folgende Weise zu ersparen:

Erstens wäscht er sein Korn von Staub etc. rein, trocknet es wieder und bearbeitet es dann in einem raspelartigen Cylinder, wodurch die äusserste Hornhaut des Waizens sich loslöst und nur die innere feine und der Verdauung nicht hinderliche Schale am Korn bleibt.

Zweitens weicht er sein Korn in warmem Wasser, so dass es quillt, 50—70% an Gewicht zunimmt und seinen Farbstoff zum grösstentheil an das überstehende Wasser abgiebt. Um diesen Process zu beschleunigen und die Gährung anzubahnen, wird dem Wasser

eine Kleinigkeit an Hefe²⁾ und Traubenzucker zugesetzt.

Drittens wird nun das Korn von käseweicher Constitution zwischen zwei Walzen zerquetscht und mit Salz und noch etwa 10% Wasser geknetet. Die innere Schale²⁾ hat sich nun schon so aufgelöst, und vertheilt, dass sie auf die Farbe des Brodes gar keinen Einfluss hat. Die geknetete Masse ist nun wie der gewöhnliche Teig, er wird in Laibe geformt, muss gähren und aufgehen und wird gebacken.

Auf diesem Wege soll man ungemein wohlschmeckendes Brod erhalten, das jedenfalls billiger geliefert werden kann, da es nicht auf dem Umwege durch die Mühlfolter und die Zöllnerschranken der Mehlmetze decimirt wird, ausserdem aber auch 16%³⁾ mehr von dem Nahrungswerth des Kornes dem menschlichen Geschlechte erschliesst. Dass wir, bei aller Hochschätzung für lustige Mühlburschen und aller Pietät gegen ehrwürdige Mühlen, auch diese Weise einmal versuchten, wäre wohl zu wünschen.⁴⁾

* * *

Wir sind dem Einsender dieser Mittheilung sehr dankbar, aber unsere grahambrodkundigen Leser wissen die Fehler dieses Verfahrens sicher zu erkennen:

1. Die 4% „Hornhaut“ d. h. Holzfaser ist bekanntlich für den gesunden menschlichen Organismus „unverdaulich“ sofern sie keinen Nährstoff liefert, aber durch ihren naturgemässen Reiz auf die Speicheldrüsen und als ein die feste Conglomeration der Faeces verhütendes Vehikel gerade eine Hauptbedingung normaler „Verdauung“.

2. Welchen Nutzen die Entfernung des „Farbstoffs“ haben soll, ist nicht abzusehen; wohl aber hat das förmliche Auslaugen die Folge, dass man Hefe, Salz und dergleichen wieder einführt, die wir froh sind beseitigt zu haben und zwar aus den viel erörterten Gründen.

3. Die Rechnung wird nicht zutreffen, da mit der „Hornhaut“ sicher ver-

schiedene Procent Kleber und Mehl entfernt werden.

4. Immerhin bliebe zu erproben, ob nicht unter Vermeidung dieser Fehler und vielleicht des ganzen raspelnden Cylinders das Brod gut herzustellen wäre. Auch die Handmühle führt Verlust an Schrotstaub herbei, der durch die feuchte Quetschung vermieden würde. Jedenfalls müsste das ganze Korn ohne anderen Zusatz als reines Wasser verwendet und die vorschreitende Gährung vermieden werden. E. B.

Zeichen der Zeit.

Vor vier Jahren fiel es der Presse nicht ein, ein ernstes Wort für den Vegetarianismus aufzunehmen. Als sie nicht mehr schweigen konnte, nahm sie Hohn und Spott in den Mund. Nachgerade kommt ein Blatt nach dem andern, um sich nicht ganz schuldig am Geist der Zeit zu machen und bringt ein delirirendes oder gar empfehlendes Wort für uns. Das ist ein erfreuliches Zeichen der Zeit und lohnt unser Streben. Veranlassung zu dieser Bemerkung geben mir heute die Westermann'schen Monatshefte. Früher wies die Redaction mich mit der Bitte eine kurze objective Skizze über Vegetarianismus aufzunehmen, rund ab. Jetzt hat sie einen empfehlenden Artikel gebracht! Leider ist dieser Artikel nicht ohne Irrthümer in Personalien und in der Sache selbst, da die Verfasserin nicht selbst Vegetarianerin zu sein scheint, oder doch nur unvollständig informirt ist. Mit der Zeit pflückt man Rosen. E. B.

Aus dem Buche:

London zur Zeit der Welt-Ausstellung 1862

von Julius Rodenberg:

„Verdorbenes Fleisch wird von den Suppenläden, Wurstmachern und Pastetenbäckern angekauft. Es giebt Suppenläden in dieser Stadt, welche in jeder Woche 500 Pfd. verdorbenes Fleisch

verbrauchen. Das Geschäft in verdorbenem Fleisch ist sehr beunruhigend, da alles, was nur wie Fleisch aussieht, mindestens zu 1 penny das Pfund verkauft werden kann. Ein Londoner Metzger, der zufällig einmal wegen Verkaufs von verdorbenem Fleisch vor Gericht verklagt war, sagte hierbei freimüthig zu seiner Vertheidigung: „Ich bin gewiss, dass wenn hundert halbfaulen Kuhleichen in der Nähe von London lägen, ich alle zusammen innerhalb 24 Stunden verkauft haben könnte; einerlei woran sie gestorben.“

In Anbetracht der naturwidrigen Lebensweise der Menschen sagt schon der alte Naturforscher und Arzt Haller aus der Schweiz:

Unselig Mittelding von Engeln und vom Vieh,

Gott gab Dir die Vernunft, und Du gebrauchst sie nie. M. W.

Hufeland.

Fünf und siebenzig Jahre nach dem ersten Erscheinen von Hufelands „Makrobiotik, oder der Kunst, das menschlich Leben zu verlängern“, wird jetzt von diesem verdienstvollen Büchlein von Dr. M. Steinthal, Geh. Sanitätsrath und Vorsitzendem der Hufelandschen medicinischen Gesellschaft eine neue Ausgabe (mit Anmerkungen) veranstaltet. Da das Buch volksverständlich gehalten ist und in vielen Beziehungen die Bahn bricht zu unseren Grundsätzen, so machen wir darauf aufmerksam, so viel auch seit 75 Jahren die Erkenntniss vorgeschritten ist. Die erste Lieferung liegt uns vor (Berlin, bei E. Standl erschienen), das Ganze kostet 25 Sgr. Wir werden darauf seiner Zeit zurückkommen.

London. Die Aufmerksamkeit richtet sich neuerdings wieder auf die Thatsache der grossen Sterblichkeit unter den Kindern. Im Allgemeinen bedeutend in England, erreicht dieselbe in einigen Gegenden einen er-

schreckenden Grad. In Burslem, Staffordshire, starben 19 Proz. Kinder unter einem Jahre. Von 636 Todesfällen kommen 401 auf Kinder. In der mit einer Untersuchung beauftragten Sanitätscommission wurde geäussert, dass hier wahrscheinlich systematischer Kindermord zu Grunde liege; aber es überwog die Ansicht, dass vielmehr die Beschäftigung der Mütter in schädlichen Berufszweigen das Uebel veranlasst habe. Die Mehrzahl jener Kinder kommen mit dem Keim des Todes zur Welt, und wenn sie, wie allgemein üblich, auswärts in Pflege gegeben werden, so sei es vollends um sie geschehen. Nat.-Ztg. vom 29. September 1870.

Fortbildungsanstalt für Mädchen.

Unter der Leitung der Unterzeichneten besteht seit zwei Jahren eine Anstalt zur Fortbildung junger Mädchen, zu dem Zweck, dieselben durch Aneignung nützlichen Wissens und praktischer Fertigkeiten zu selbstständigen Gliedern der Gesellschaft heranzubilden.

Mit vorherrschender Betonung gepflegt wird das erzieherische Element nach den Grundsätzen Friedrich Fröbels und in Uebereinstimmung damit, die Unterweisung in allen denjenigen Fächern, welche bei der Erziehung und dem Unterrichte jüngerer Kinder

einmal wieder verwerthet werden können. Im Vordergrund steht der Kindergarten und die Ausbildung von berufsmässigen Kindergärtnerinnen.

Junge Mädchen, welche wünschen, sich zu Lehrerinnen junger Kinder in Familien auszubilden, haben dazu ebenfalls Gelegenheit und ist durch die Anwesenheit von Ausländerinnen zur praktischen Erlernung der englischen und französischen Sprache Veranlassung geboten.

Gesang, Zeichnen, Turnen ist in den Stundenplan aufgenommen, Musikunterricht wird auf Verlangen ertheilt. Die naturgemässe Diät wird in der Anstalt derart gehandhabt, dass der Gesundheitspflege der Schülerinnen eine sorgfältige Beachtung zugewendet wird in Bezug auf tägliche Bewegung in freier Luft, reichlicher Gebrauch des Wassers u. s. w. Die Kost besteht in sorgfältig gekochtem Mittagmahl mit Ausschluss der Fleischspeisen, in reichlichem Weiss- und Schwarzbrød (Grahambrod), Milch und Obst.

Auf nähere Anfragen ertheilt gütige Auskunft Herr Eduard Baltzer in Nordhausen, Herr Theodor Hahn auf der Waid bei St. Gallen, Herr Pfarrer Steinacker in Buttstedt bei Weimar, so wie die Vorsteherin der Anstalt jederzeit bereit ist, die gewünschten Mittheilungen zu machen.

Nordhausen. Thekla Naveau.

Deutscher Verein für naturgemässe Lebensweise.

Alle Freunde und Gesinnungsgenossen fordern wir unter Hinweis auf die beiden vorigen Nummern des Vereinsblattes nochmals auf, etwa noch rückständige Fragebogen, sowie Adressen von Naturärzten, Naturheilanstalten, Pensionen, Bäckern und Brodniederlagen, auch die Mitgliederverzeichnisse der Localvereine umgehend portofrei an den mitunterzeichneten Vorsitzenden einzusenden. Da die Mitglieder des deutschen Vereins im Adressbuche besonders bezeichnet werden sollen, so bitten wir um Anmeldung neuerer Mitglieder und um Einsendung des Beitrags pr. 70/71. Als Quittung dafür wird die Legitimationskarte zugeschickt.

Berlin, 15. December 1870.

L. May, Vorsitzender,
Linienstr. 233.

Dr. Baron,
Rendant.

Dr. Nauhaus,
Schriftführer.

Vereinsblatt.

Durch Veranstaltung einer neuen Auflage von Nr. 1 des Vereinsblattes bin ich auf Wunsch verschiedener Freunde wieder in der Lage, complete Exemplare des Vereinsblattes abzugeben. Bei direkter Bestellung gebe ich auch den ersten Band (Nr. 1—10), wie den zweiten (Nr. 11—20) und den laufenden dritten (Nr. 21—30), jeden à 20 Sgr. portofrei ab, und sende die erscheinenden Nummern sofort per Post portofrei gegen Einsendung des Abonnements zu.

Nordhausen im December 1870.

E. Baltzer.

Ueber den Krieg bitte nicht zu vergessen:

E. Baltzer, die sittliche Seite der naturgemässen Lebensweise (Vegetarianismus). Vortrag bei der Jahresversammlung in Berlin 1870, nach stenographischen Aufzeichnungen. Nordhausen. 2 Sgr.

E. Baltzer, Zur Kunst des vernünftigen Lebens. (Vegetarianisches Flugblatt.) 25 Exemplare 5 Sgr.

Soeben ist erschienen:

Die natürliche Lebensweise

Erster Theil:

Der Weg zu Gesundheit und sozialem Heil.

Von

Eduard Baltzer.

Mit 2 Tafeln Abbildungen.

Zweite Auflage.

Nordhausen 1871. Ferd. Förstemann's Verlag. 12 Sgr.

Diese zweite Auflage enthält den Text der ersten, vielfach mit erläuternden Anmerkungen und Einleitung, welche die seit dem ersten Erscheinen gemachten vierjährigen Erfahrungen bekunden. Der zweite Theil enthält bekanntlich die „Reform der Volkswirtschaft“ vom vegetarianischen Standpunkte (16 Sgr.), der dritte Theil die „Briefe an Virchow“, mit einer Tafel Abbildungen (8 Sgr.). Jeder Theil ist für sich zu haben, kann durch jede Buchhandlung bezogen werden, auch ist die Redaction zu directer Zusendung gegen Einsendung des Betrags bereit.

Meine „Bitte“ in voriger Nummer bezüglich der Struveschen Kinder ist erledigt. Es sind eingegangen von Op. in F. 10 Thlr. Herr P. in A. 5 Thlr. S. in St. 2 Thlr. Aus Dresden 5 + 2 Thlr. Aus Opp. 5 Thlr. + 5 Thlr. Von S. u. S. 5 + 5 Thlr. Von S. 1 fl. Von A. in N. 2. Thlr. Von St. in K. 2 Thlr. Aus Berlin per Postkarte 3 Thlr. Frau T. in W. 1 Thlr. Von S. in N. 15 Thlr. — Von S. in K. zweite Sendung 3 Thlr., zusammen 70 Thlr. und 1 fl. Den Gebern herzlichen Dank!

Eduard Baltzer.

Nordhausen, 20. December. Wie wir hören, wird der „Naturarzt“ des Herrn Th. Hahn mit dem Neuen Jahre wahrscheinlich in die Redaction des Herrn Gustav Wollbold, Naturarzt in Dresden, übergehen.

Dieser dritte Jahrgang (Nr. 21—30) ist durch jede Buchhandlung oder direct vom Herausgeber gegen portofreie Einsendung von 20 Sgr zu beziehen.

Selbstverlag des Herausgebers Eduard Baltzer in Nordhausen.

In Commission bei Ferd. Förstemann daselbst.

Druck von Th. Müller in Nordhausen.

Nächste Nummer erscheint Anfang Februar.

Vereins-Blatt

für Freunde

der natürlichen Lebensweise

(Vegetarianer).

Jahrgang III.

Nr. 21—30.

N^o 26.

Nordhausen, den 6. Februar.

1871.

Motto: Der Mensch an sich selbst, insofern er sich seiner gesunden Sinne bedient, ist der grösste und genaueste physiologische Apparat, den es geben kann; und das ist eben das grösste Unheil der neuern Physik, dass man die Experimente gleichsam vom Menschen abgesondert hat, und bloss in dem, was künstliche Instrumente zeigen, die Natur erkennen, ja was sie leisten kann, dadurch beschränken und beweisen will.

Göth, Mak. Archiv.

Bekenntnisse eines Vegetarianers.

Geehrter Herr! Wenn ich auf Ihr geschätztes Schreiben vom 7. d. Mts. erst heute zurück komme, so bitte ich durch die verzögerte Erledigung desselben sich nicht zu dem Fehlschlusse verleiten zu lassen, dass ich das Interesse an der Sache des Vegetarianismus verloren habe, oder dass gar, was ein Theil meiner lieben Landsleute mir die Ehre erweist, von mir zu erzählen, begründet sei: „dass ich es aufgesteckt habe, Vegetarianer zu sein!“ Lediglich die beim Jahresschlusse, resp. Anfang sich häufenden Arbeiten sind Schuld daran, dass erst der heutige Sonntag mir Musse bietet Ihrem Wunsche nachzukommen.

Wenn der letztere auch nur auf Mittheilungen meiner Erfahrungen über den Werth des Schrotmehles, als in Form eines Aufgusses gebotenen Ersatzes für Muttermilch, gerichtet war, so erlaube ich mir doch, die Bescheidenheit bei Seite lassend, Ihnen auch über den Einfluss der „naturgemässen Diät“ auf meine Person ein Wenig zu erzählen. Ich gehe dabei von der Ansicht aus, dass es der guten Sache nur förderlich sein kann, wenn von den Pionieren der „Natürlichen Lebensweise“ möglichst Viele ihre persönlichen Erfahrungen

offen und rückhaltlos aussprechen und dadurch Jenen, welche in so anerkennungswürdiger Weise Herz, Kopf und Hand ihren Mitmenschen widmen und die Bedingungen des Glückes derselben zu ergründen und zu verbreiten suchen, die Sichtung und Feststellung der allgemeinen und individuellen Einflüsse unseres Principes auf seine Anhänger zu ermöglichen.

Durch die Gefälligkeit eines auch Ihnen bekannten Freundes kam mir im Sommer des Jahres 1864, um welche Zeit ein seit Jahren vergebens von mir unter ärztlichem Beistande bekämpftes Stein-Leiden mich ganz besonders quälte, Th. Hahn's „Naturgemässe Diät“ in die Hand und ich beschloss, obwohl noch mit schwankendem Vertrauen in die „Naturgemässheit“ einer solchen Lebensweise, dieselbe als „Kur“ gegen meine höchst lästige und oft sehr schmerzhaftete Krankheit zu versuchen. Die „Kur“ war vom besten Erfolge gekrönt, meiner Schmerzensstunden wurden immer weniger und nach Verlauf des nächsten Winters, während dessen Falliment und Liquidation des Geschäftes, in welchem ich damals angestellt war, mir unendlich viel Sorge und Arbeit verursacht und meine ohnehin zerüttete Gesundheit noch mehr geschwächt

hatte, erholte ich mich sehr bald soweit, dass mein Nieren- und Blasenleiden mir nur noch aus der Erinnerung bekannt war und mich gänzlich verlassen hatte.

Leider aber hatte ich über die richtige Anwendung oder Befolgung der im oben genannten Buche niedergelegten Grundsätze durch einmaliges und noch dazu flüchtiges Lesen desselben mich nur ungenügend unterrichtet, namentlich hatte ich noch nicht gelernt, unserem vortrefflichen Grahambrode die ihm gebührende Wichtigkeit beizulegen; dazu kam, dass ich damals als lediger Mann mit meiner Verköstigung auf die hiesigen, nichts weniger als vegetarisch eingerichteten Restaurationen angewiesen war, und so blieb meine, obwohl unter mannigfachen Schwierigkeiten bewerkstelligte Ernährung doch eine mangelhafte. Ich ass früh Milch und Semmel, Mittags zum grossen Ergötzen der umstehenden Schaaren von Carnivoren beharrlich meine Kartoffeln, Kraut oder sonstiges, oft unverdaulich zubereitetes Gemüse (mit dem mein armer Magen vielleicht gar nicht fertig geworden wäre, wenn nicht die, unter dem Aerger über der Nachbarn Gespötte und Gelächter erhöhte Gallen-Absonderung ihm dabei ganz à propos gekommen wäre), dann eine Mehlspeise, die man hier glücklicher Weise täglich haben kann, und Abends Semmel und Milch oder Butterbrod und ein Glas Bier. Mein Aussehen wurde zwar besser, nach Aussage meiner Bekannten, aber die mir die schmeichelhafte Versicherung gaben, dass sie mein Bild aus den schönen Zeiten der Beefsteaks und Rossbraten, und zwar aus den Perioden, in welchen meine Steinplage mich nicht quälte, treu im Gedächtnisse bewahrt hätten, sah ich doch noch immer „halbverhungert“ aus. Ich konnte den guten Leuten nicht Unrecht geben, weiss aber heute, dass das Fehlen des Grahambrodes auf meiner Speise-Karte die Hauptursache war. Uebrigens fühlte ich mich sehr wohl, nur war ich da-

mals sehr empfindlich gegen Kälte und die Einflüsse unfreundlicher Witterung überhaupt.

Ein Abnehmen der Kräfte fühlte ich gleich wohl nicht, da in der Richtung, welche ich hauptsächlich im Auge hatte, meine Lebensweise den beabsichtigten und ersehnten Erfolg hatte, so blieb ich trotz alles Gespöttes, aller wohl und übel gemeinten Zureden dem angenommenen Regime treu.

Zu Anfang des Jahres 1866 gestatteten meine pecuniären Verhältnisse mir endlich mich zu verhelichen und meinen eigenen Hausstand zu gründen; auch dabei waren allerlei auf meiner Lebensweise basirende Schwierigkeiten zu überwinden, namentlich machten die Verwandten meiner Braut, die auf Grund ihres Gaumen-Cultus, insbesondere ihrer unbegrenzten Verehrung für Fleischkost kühn das Bürgerrecht in einer gewissen carnivoren, mir sonst aber sehr theuren Stadt hätten ansprechen können, nicht übele Miene, die Verbindung ihrer Tochter, resp. Schwester und Schwägerin, mit einem Narren, der Fleischnahrung mied und für schädlich erklärte, zu hintertreiben. Es gelang ihnen dies übrigens ebenso wenig, als ihre Bemühungen, meine Braut zu bewegen, dass sie ihren Einfluss auf mich zum Zwecke meiner Bekehrung geltend mache.

Meine junge Frau accomodirte sich vielmehr soweit meinen Ansichten über die Nahrungsfrage, dass sie vom Hochzeitstage an Vegetarianerin wurde.

Nun kann und will ich allerdings nicht leugnen, dass meine arme Frau nach Verlauf von wenigen Monaten sichtlich von Kräften kam und noch blutärmer wurde, als sie von Jugend auf, auch bei Fleischkost, gewesen war; zur Erklärung aber sei beigefügt, dass uns noch immer das Schrotbrod fehlte, und dass wenige Wochen nach unserer Verheirathung wir zu der Ueberzeugung gekommen waren, dass meine Frau sich in jenem Zustande befinde,

der auch bei sonst kräftigen Frauen oft Blutmangel, immer aber wohl vorübergehende Abnahme der Kräfte und krankhafte Erscheinungen im Gefolge hat. Leider waren bei meiner armen Frau die genannten Erscheinungen nicht vorübergehend, nahmen vielmehr einen von Tag zu Tag ernsteren und Besorgniss erregenden Charakter an. Ich verschone Sie mit Schilderung der Kämpfe, die ich mit meiner besseren Ueberzeugung durchgekämpft; ich sah ein, dass Etwas geschehen müsse, und war doch rathlos. Ich gab dem vorwurfsvollen Drängen meiner Verwandten nach, consultirte einen hiesigen Arzt (den ich in Folge seiner leidenschaftslosen Auffassung des Falles, resp. meiner Ansichten über denselben, seit jener Zeit sehr hoch schätze) und das Ende vom Liede war, dass ich meine Frau nöthigte, wieder Fleisch zu essen und, da diese nur dann auf mein Verlangen eingehen wollte, wenn ich selbst ihre Nahrung theile, dass ich selbst rückfällig wurde. Dies allein, keineswegs Lüsternheit nach Fleischkost, gegen welchen Verdacht ich mich feierlichst verwahre, war Ursache, dass ich diesmal, und wieder nicht Lüsternheit, sondern andere Rücksichten, dass ich ein zweites Mal zum Apostaten wurde!

Ich begreife noch heute nicht, dass ich zu jener Zeit nicht auf den Gedanken kam, Herrn Th. Hahn, den einzigen Vegetarianer, dessen Name und Adresse mir bekannt war, um seinen Rath zu bitten, den derselbe mir später auf mein Ansuchen mit freundlichster Bereitwilligkeit ertheilte; mein eigenes Vertrauen in die Richtigkeit und Allgemeingiltigkeit unseres Principes war eben damals noch keineswegs stark genug, um dem Bombardement mit Gründen aller Art, das auf mich eröffnet wurde, widerstehen zu können!

Wir, meine Frau und ich und nach erfolgter schwerer aber glücklicher Entbindung auch ein kleines herziges Mäd-

chen, lebten nun als mässige Fleischesser eine Zeitlang fort; meine Frau, welche — in Folge der vorhergegangenen verfehlten Diät, wie unsere Verwandten behaupteten, und wie ich, mit Rücksicht auf das uns fehlende Schrotbrod jetzt auch zugestehen will — das Kind nicht stillen konnte, erholte sich bedeutend, aber trotz der Fleischnahrung keineswegs soweit, dass ihr Gesundheitszustand mir nicht auch ferner beständige Angst und Besorgnisse erregt hätte. Sie blieb blutarm und kränklich und der kaum überwundene Zustand der armen Frau wiederholte sich bei regelmässiger Fleischkost in getreuer Copie, als sie sich, leider zu bald nach der ersten Entbindung, zum zweiten Male Mutter fühlte! Das mit, allerdings nur wenig, Fleischsuppen, Eichelcaffee und Zwieback aufgezogene Kind gedieh zwar ganz leidlich, war aber doch öfters krank und sehr unruhig und erhöhte dadurch das Uebelbefinden der geplagten Mutter.

Mir selbst war inzwischen die Rückkehr zur Fleischkost entschieden schlecht bekommen; nach wenigen Monaten des Fleischgenusses stellten sich mit immer deutlicheren Anzeichen die fehlerhaften Nieren-Absonderungen und dadurch verursachten Schmerzen, sehr bald Steinchen im Urin und das ganze frühere Elend wieder ein; infolge dessen wieder ausschliessliche Pflanzenkost für mich, aber Beibehaltung der gemischten für meine Frau und — innerhalb der durch sein Alter gezogenen Grenzen — für unser Kind! Mir ging's bald besser und dann wieder gut; im Befinden meiner Frau blieb Vieles, in dem unseres Kindes, das ich — (um alle meine Sünden zu bekennen) — auch noch hatte impfen lassen, Manches zu wünschen übrig!

Die zweite Entbindung, der ich mit Angst entgegensah, ging leichter als die erste von Statten, brachte uns aber ein

so schwächliches, und, wie es schien, so wenig lebensfähiges kleines Wesen, (abermals ein Mädchen), dass ich lange Zeit nicht glaubte, es werde uns gelingen dieses Kind aufzuziehen, zumal die selbst kränkliche Mutter sich's nicht nehmen lassen wollte, ihm die spärlich gegebene natürliche Nahrung selbst zu reichen. Es waren mühe- und kummervolle drei Monate, welche dem zweiten Wochenbette meiner Frau folgten; beide, Mutter und Kind, konnten nicht zu Kräften kommen. Dazu hatte ich kurz vorher, unzufrieden mit meiner damaligen Stellung, den Entschluss gefasst und ins Werk gesetzt zur Anbahnung meiner Selbstständigkeit ein eigenes Geschäft zu etabliren; ein grosser Theil der durch dasselbe bedingten Arbeit fiel meiner ohnehin überlasteten Frau zu, und die Wirkung, die ich allerdings hätte voraussehen sollen, blieb nicht aus. Unter solchen Verhältnissen konnte ich das Fortführen doppelter Küche von meiner Frau nicht verlangen und wurde — halb wider Willen — bald wieder Omnivore, diesmal ohne lange Zeit hindurch (vielleicht infolge der vielen und oft schweren Arbeiten im Freien und im Magazin) die früheren nachtheiligen Wirkungen der unnatürlichen Lebensweise zu fühlen, die aber gleichwohl nicht ausblieben, so dass ich mich der Ueberzeugung nicht verschliessen konnte, dass für mich das leibliche Heil nur im Vegetarianismus liege. In meinen äusseren Verhältnissen trat um diese Zeit eine glückliche Wendung ein; ich kam in die Lage mein Geschäft entbehren zu können und gab dasselbe und damit die näher gerückte Selbstständigkeit auf, um meiner Frau die drückende Last von den Schultern zu nehmen, und suchte ihr auch die von der Pflege und Erziehung zweier kleiner Kinder unzertrennliche Mühe und Arbeit nach Thunlichkeit zu erleichtern, damit sie in einer gesunden, geräumigen und freundlichen Gartenwohnung nur ihren häus-

lichen Beschäftigungen und der Pflege ihrer Gesundheit obliegen könne. Dies geschah zu Anfang des Jahres 69, dessen Sommer jedoch verging, ohne im Befinden meiner Frau eine merkliche Besserung zu bringen. Die Blutarmuth, Brustkrämpfe und Athmungsbeschwerden waren durch die Fleischnahrung, Gartenaufenthalt und Ruhe nicht zu beseitigen gewesen und nun bewog ich meine Frau, was mir übrigens wenig Mühe machte, unseren Hausstand ganz vegetarianisch einzurichten, namentlich (seit Anfang September 69) das Fleisch von unserem Tische vollständig zu verbannen. Für meine Person hatte ich dasselbe schon einige Zeit früher wieder gemieden; durch Ihre einschlägigen trefflichen Schriften in meinen Anschauungen corrigirt, hatte ich meinen Küchensettel durch Schrotbrod und grössere Beachtung der Hülsenfrüchte bereichert und war durch meine nunmehrige Lebensweise gesund, heiter und arbeitsfähig wie nie zuvor geworden. Dem lebendigen Beweise für die Vortrefflichkeit der naturgemässen Diät, den ich nun abgab, konnten sich auch die, welche ausser mir am Wohlergehen meiner Frau Antheil nahmen, nicht mehr verschliessen, und wenn sie sich dadurch auch nicht bewegen liessen, mein Beispiel zu befolgen, so versuchten sie doch nicht mehr, meine Frau hievon abzuhalten, die seit jener Zeit strenge Vegetarianerin geworden und geblieben ist. Mit welchem Erfolge für ihre Gesundheit, brauche ich Ihnen nicht zu sagen. Die Nichtvegetarianer gestanden bald ein, dass meine Frau wieder „sehr gut aussehe“, die Kräfte hatten bedeutend zugenommen, die Brustbeschwerden allmählig abgenommen, um bald ganz auszubleiben, kurz, meine Frau erfreute sich bald eines Wohlseins, wie sie dessen seit Jahren nicht genossen hatte und das selbst durch eine

dritte Mutterschaft nicht gestört wurde.

Schneller und in die Augen springender noch bewährte die natürliche Lebensweise sich bei meinen beiden Kindern. Den lebhaften, lustigen und wohlaussehenden beiden Kleinen ist seit jener Zeit nie etwas zugestossen; ihre Nahrung, in Schrotbrod mit Honig und Eichelcaffee zum Frühstück, Brod und Obst zum zweiten Frühstück, Gemüse oder Hülsenfrüchte und Mehlspeise zu Mittag und Schrotbrod mit Compot oder Milch zu Abend bestehend, lässt sie vortrefflich gedeihen und schützt sie vor den, schon bei Kindern so häufig auftretenden Folgen der Völlerei. (!! d. Red.)

Seit vorigem Frühjahr nun ist meine Familie nach einer glücklichen Entbindung meiner Frau, die auch während des Wochenbettes der Lebensweise treu blieb, sich nur von Schrotbrode und Milch oder Compot nährte und durch die gewohnten kalten Waschungen erfrischte, so dass sie am 4. Tage das Bett verlassen konnte, um einen kleinen männlichen Vegetarianer vermehrt worden. Als kräftig entwickeltes, starkes Kind kam der Bube zur Welt und heut übertrifft er noch seine beiden Schwestern an strotzender Gesundheit.

Durch drei Monate erfreute und nährte der Kleine sich an der Mutterbrust; da ich jedoch schon vor seiner Geburt meiner Frau, mit Rücksicht auf deren Constitution den Wunsch ausgesprochen hatte, dass sie nicht länger als 2—3 Monate das zu erwartende Kind stillen möge, so wurde, obwohl die Muttermilch weit reichlicher als in den beiden früheren Fällen vorhanden war, der Kleine schon nach sechs Wochen auch mit anderer Nahrung und zwar mit etwas Schrotmehl in Milch gekocht und im Saugflaschel gereicht, regalirt, das ihm vortrefflich mun-

dete. Nach 2—3 Wochen jedoch bekam der Kleine einen Darmkatarrh und wir fürchteten, dass derselbe eine Folge der gereichten Nahrung sei und liessen diese weg, oder vielmehr ersetzten dieselbe durch den schon zweimal erprobt und bewährt gefundenen Eichelcaffee. Die Erwägung jedoch, dass auch unsere beiden ersten Kinder im selben Alter von der gleichen Krankheit und zwar nachhaltiger heimgesucht worden waren, überzeugte uns bald, dass wir dem Schrotmehl Unrecht gethan hatten, und da überdies der Eichelcaffee bei unserem Buben eine verstopfende Wirkung zu äussern schien, so gaben wir wieder den aus Milch, Wasser und Schrot gekochten und durch ein feines Sieb gegossenen Trank und zwar von da ab mit dem besten Erfolge. Nach Verlauf des dritten Monats wurde der Knabe abgestillt und ihm nun auch etwas festere Nahrung ein Brei aus Wasser, Milch und geriebenem Schrotbrod, abwechselnd auch ungewürztem Zwieback, gegeben, an die er sich sehr bald gewöhnte und die ihm vortrefflich anschlug. Die gleiche Nahrung bekommt das Kind bis heute noch; als Getränk den empfehlenswerthen Eichelcaffee und zuweilen Fruchtsäfte.

Die runden, von Kernfleisch umgebenen Glieder, das in Milch und Purpur gemalte dickwangige Gesichtchen und die hellen fröhlichen Augen meines Buben würden mich, wenn dies noch nöthig wäre, vollends überzeugen, dass das Pflanzenreich uns das geeignetste Material zum Aufbau und zur möglichst langen Erhaltung eines gesunden Leibes bietet.

Am Ende des fünften Monats seines kleinen Daseins überraschte unser Bub uns durch sein erstes Zähnchen; heute, neun Monate alt, macht er die ersten Versuche zu stehen und zu laufen, beides wohl Zeichen, dass Kraft in Fülle vorhanden ist. Dabei war das Kind bei aller Lebhaftigkeit immer

schweigsam, weil es gesund war, und beweist erst jetzt auch im Schreien gelegentlich sehr viel Energie, wo der schwierigere Theil der Zahnperiode zu beginnen scheint; vielleicht auch, weil der Wille erwacht und nicht immer gleich verstanden und befolgt wird.

Sie sehen, geehrtester Herr, dass ich trotz meiner unversehends etwas sehr ausführlich gewordenen Mittheilungen doch nicht in der Lage gewesen bin, den Hauptpunkt Ihres werthen Schreibens erschöpfend beantworten zu können, weil ich bei keinem meiner drei Kinder genöthigt war, die Muttermilch vollständig durch andere zu ersetzen. Meine feste Ueberzeugung aber geht dahin, dass eine Mutter, die nicht selbst ganz gesund oder nicht Vegetarianerin ist, ihrem Neugeborenen keinen grösseren Dienst erweisen kann, als wenn sie vom ersten Athemzuge an verdünnte Kuhmilch, und wenn deren Freisein von Krankheitskeimen nicht constatirt werden kann, selbst Wasser mit Schrotmehl dem Kinde als Nahrung reicht.*)

Indem ich schliesslich mit Vergnügen meine Einwilligung gebe, dass sie obige Mittheilungen aus den Leiden und Freuden eines Vegetarianers in beliebigem Umfange zu dem in Aussicht genommenen Zwecke benutzen, erwidere ich von ganzem Herzen Ihre freundlichen Wünsche für das angetretene neue Jahr und zeichne mit

hochachtungsvoller Ergebenheit Ihr
Otto Busse,
Oberbeamter der Verkehrsbank.
Prag, 18. Januar 1871.

*) Was die Kuhmilch betrifft, so vergleiche man die Abhandlung in Nr. 20 d. Bl. Das Schrotmehl ist unzweifelhaft das beste Ersatzmittel, wie auch diese Darstellung zeigt. Die Hülse wird dabei von Anfang ganz auszuschliessen, erst allmählig in feinsten Form einzuführen sein, um jede Ueberreizung (Entzündung) zu vermeiden. Das Beste ist auch hier die Natur, die Mutterbeseeligende. Dem Berichterstatter herzlichen Dank für seine lehrreichen Bekenntnisse! D. Red.

Dr. Hallier's Pilz-Regulativ.

Veranlasst durch den Wunsch, seine vielseitigen Erfahrungen auf einem wichtigen, wenn auch begrenzten Gebiete den Verwundeten und Kranken des jetzigen Krieges zu Gute kommen zu lassen, hat der Professor in Jena, Dr. Ernst Hallier, ein Buch herausgegeben, betitelt: „Pilz-Regulativ, Gesundheitsregeln für Jedermann, insbesondere für die Verpflegung der Verwundeten, für Lazarethe etc. Nach eigenen Erfahrungen mitgetheilt. Jena, 1870. Mauke's Verlag“ — Das Büchlein enthält so viel des Interessanten, dass ich mir erlaube, die Aufmerksamkeit unserer Leser in Anspruch zu nehmen.

Zur allgemeinen Orientirung sei bemerkt, dass Dr. Hallier seit länger als zehn Jahren mit dem Studium der niederen Organismen, namentlich der Pilze beschäftigt ist, und in einer Reihe von Schriften seine Ansichten entwickelt und die Resultate seiner Untersuchungen niedergelegt hat über die Rolle, welche bei den Krankheiten der Culturgewächse, der Thiere und der Menschen den Pilzen mit ihren vielgestaltigen Fruchtformen (Keimzellen oder Sporen) zugetheilt ist.

Seit drei Jahren redigirt er auch eine eigene Zeitschrift für Parasitenkunde, welche aber wohl nur in den Kreisen bekannt ist, die besonderen Antheil an diesen mühsamen Arbeiten nehmen. Das grössere Publicum dafür zu interessiren, sind die Resultate noch nicht greifbar genug, doch im Allgemeinen verdient der Gegenstand die Theilnahme weiterer Kreise.

Die Pilze und ihre Keimzellen sind auf unserer Erdoberfläche allgegenwärtig. Kein Körnchen Erde, kein Tropfen Wasser, kein Stäubchen in der Luft, fast kein Thier, keine Pflanze ohne Pilze. Sie sind allenthalben, wenn auch keiner unserer Sinne die kleineren und kleinsten wahrnimmt. Ihrer Thätigkeit begegnen wir auf allen We-

gen. Wo nur irgend organischer Stoff seine frische Widerstandskraft verliert, abstirbt und damit überflüssig wird, da fallen die Pilze über ihn her und erlösen seine Elemente durch Gährung, Fäulniss und Zerstörung der todten Formen aus ihren bisherigen Verbindungen zu neuer Gestaltung, neuem Leben; dass ist ihr heilsames Wirken. Aber sie richten unter besonderen Umständen auch Unheil an; als Rost, Brand und Mehlthau zerstören sie Korn und Obst; als Ruhr, Cholera, Typhus u. s. w. zehnten sie das Menschengeschlecht. — Doch halt! hier kommen wir auf streitigen Grund und Boden. Hallier und andere Pilzforscher weisen nach, dass bei den genannten Infectionskrankheiten und bei mehreren anderen stets ein ganz bestimmter Pilz, oder eine ganz bestimmte Form des Pilzes (vergleichbar den Knospen, Früchten, Wurzeln, Ranken etc. höherer Pflanzen) vorkommen, und folgern daraus, dass die Uebertragbarkeit der Krankheit auf diesen Pilzen beruhe, dass sie also der eigentliche Ansteckungsstoff seien. Dem wird von anderer Seite widersprochen und das Zusammentreffen für ein unwichtiges erklärt. (Vergl. Dr. Rudolph Weise, Kritik der parasitologischen Untersuchungen von Hallier, Zürn, Keber u. A., Bonn 1868.) Einen Abschluss dieses Streites können wir bei der grossen Schwierigkeit der Forschung so bald nicht erwarten, ist ja noch nicht die viel einfachere Frage entschieden, ob Gährung ein physiologischer Vorgang sei, verursacht durch den Lebensprocess der Pilze (Pasteur) oder ein chemischer Vorgang, eine Bewegung der Atome, zu welcher die Pilze den Anstoss geben, ohne zum Fortgang des Processes nothwendig zu sein (Liebig). Dies nur beiläufig. — Welch eigenthümliche Verhältnisse die Forschung zu Tage bringt, möge die eine Angabe Halliers erläutern, dass derselbe Pilz den Kopfgrind und den Weizenbrand, ein anderer die Tonsur-

flechten und den Staubbrand der Gerste bedingt; dass schon durch gestärkte Wäsche die Kleinflechte entstanden ist, weil in der Stärke Staubbrand des Getreides enthalten u. dergl. m.

Im Einzelnen weist Hallier nach, welche Krankheiten entweder direct durch Pilze verursacht werden oder stets mit Pilz-Vegetationen, und zwar in ganz bestimmten, charakteristischen Formen verbunden sind. Das sind a: auf der Haut Grind und Flechte, Haarkrankheiten, Caries der Zähne, verschiedene Augen- und Ohrenkrankheiten; bei Wunden, Eiterung und Hospitalbrand; b: in den Verdauungs-Organen Cholera, Durchfall, Ruhr, Typhus, Vergiftung durch Schimmel, Wurstgift u. dgl. c: in den Athmungs-Organen, Katarrh, Croup, Diphtheritis, Lungenschwindsucht. Derartigen Erkrankungen vorzubeugen, oder ihre Verbreitung durch Ansteckung namentlich in Lazarethen zu verhindern, werden verschiedene Regeln gegeben, welche nicht eindringlich genug zur Beachtung empfohlen werden können, so weit sie die Hospitalpraxis betreffen, z. B. die Krankenwäsche, die Ventilation, die Desinfection der Aborte, der Wohnräume oder ganzer Kasernen, wobei schwefelige Säure vortreffliche Dienste leisten, Chlor und Carbonsäure den bisherigen Annahmen nicht entsprechen soll.

Die Gesundheitsregeln für Jedermann enthalten auch viel Nützliches für das grosse Publicum, welches ja grossentheils in den üblichen schlechten Gewohnheiten lebt. So die Vorschriften zum Reinhalten der Kopfhaut durch Waschen mit Eigelb, zum Reinigen der Kämmen mit Schmierseife und Wasser, zum Putzen der Zähne mit Wasser und Branntwein, zum Auswaschen der Ohren, bei deren Vernachlässigung schon Pilze das Trommelfell durchbohrt haben. Schmutzige Handtücher zur weiteren Benutzung am Ofen zu trocknen, ist sehr schädlich, es sind schon schlimme Augenkrankheiten dadurch veranlasst.

Kein Getränk soll über 40 Grad warm genossen, verdächtiges Wasser nicht unfiltrirt getrunken werden. Bei den geringsten Verdauungsstörungen soll man Bier und Milch vermeiden, aber guten Rothwein und Rum geniessen. Das ist eine der vielen Stellen, wo der Alkohol gepriesen wird, weil er das schärfste Gift gegen Pilze sei. Kranken und Kindern werden starke ungarische und spanische Weine empfohlen (Seite 42), der Wein ist um so gesunder, je alkoholreicher er ist (S. 42), Krankenpfleger sollen Rothwein oder Rum mehrmals am Tage zu sich nehmen (S. 27), und wer täglich einige Male einen Schluck guten reinen Branntweins nimmt, der ist sicherlich der Einwanderung schädlicher Pilze weniger ausgesetzt als jeder Andere. (S. 32.)*
 — — Ich enthalte mich hierüber jeder Kritik — Herr Professor Hallier mag verantworten, ob diese Rathschläge wirklich Lebensregeln sind, welche „Viele Nutzen bringen, Keinem, der sie befolgt, Schaden zufügen werden!“

Zum Schluss die vegetarianischen Bemerkungen zu Dr. Hallier's Schrift. Er sagt S. 44 und 45, das Brod, namentlich das dunkle, kleienhaltige Brod und der Pumpernickel seien mitunter durch Sporen von Brandpilzen in hohem Grade verunreinigt, und man glaubt häufig das Zusammentreffen gefährlicher Epidemien mit einer allgemeinen Pilzvergiftung des Brodes beobachtet zu haben. — Besonders vorsichtig sei man beim Genuss des Obstes. Kernobst sollte niemals ungeschält, Steinobst niemals genossen werden, ohne dass man vorher den Reif abwischt. Nun ja, der Vegetarianer wird schimmelndes Brod nicht essen und von sog. Mehlthau befallene Früchte vor dem Genuss abwischen — damit aber sind wir vollkommen mit der Pilzwelt abgefunden, und haben sie nicht zu fürchten. Im

*) Noch sicherer, man setzt sich über und über in Spiritus! Anm. d. Red.

Gegentheil, wir werden uns auf Dr. Hallier berufen, um die Pilzwelt zu preisen; denn er beweist, dass es die massenhaft im Speichel enthaltene Kernhefe ist, welche die Stärke löslich macht, nicht Ptyalin, wie die Chemiker meinen (S. 29), er sagt (S. 6): die gewöhnlichen Schimmelpilze scheinen zu unserer Verdauung ganz nothwendig zu sein und (S. 22) die Empfänglichkeit bei allen parasitischen Krankheiten ist sehr verschieden gross.

Wir Vegetarianer aber sind entschieden im höchsten Grade unempfindlich dagegen. Ich berufe mich auf die Thatsache, dass der ehrenfeste, ruhige, Sylvester Graham sagt, während einer heftigen Cholera-Epidemie sei kein Vegetarianer erkrankt; dass dieselbe Beobachtung bei anderen Epidemien in England und Amerika von vegetarianischen Aerzten gemacht ist; ich berufe mich auf das Zeugniß unseres Theod. Hahn, dass Scharlach, Pocken u. s. w. bei Vegetarianern nur unbedeutende Erkrankung veranlassen, wenn wirklich eine Ansteckung erfolgen sollte. In kleinen Erscheinungen bekundet sich derselbe Einfluss, so preist z. B. Professor Neumann als eine Hauptannahme, dass er fast kein Zähneputzen mehr nöthig habe, seit er Vegetarianer geworden, — Zahnpulver, Zahnspiritus u. dergl. Dinge, die man sonst nicht entbehren konnte, werden überflüssig — Wasser genügt, um das Gefühl völliger Reinheit im Munde zu bewirken.

Aus den Erfahrungen des jetzigen Krieges schreibt ein Militärarzt (Kölnische Zeitung 1870, Nr. 293, 2) am Schlusse eines nicht genug zu beherzigenden Artikels Folgendes:

„Ich weiss nicht, welche kindliche Naivetät die Furcht vor dem Obstgenuss in dem Heere aufgebracht hat. Ohne Vegetarianer zu sein, nehme ich die volle Verantwortung auf mich, wenn man den widersinnigen Bann, der auf dem gesunden, unschuldigen Obstgenuss

lastet, aufheben möchte. Ohne mich auf wissenschaftliche Rasonnements einzulassen, welche alle die Vorzüge der Obstnahrung in den Feldzügen und Quartieren beweisen, bemerke ich nur, dass von allen meinen Freunden, die in dem ganzen Feldzuge in der vegetarianischen Lebensweise unserer Marschrouten und des Moselthales förmlich geschwelgt haben, kein einziger auch nur vorübergehend erkrankt ist, während unter den zahlreichen Ruhrkranken kaum einmal einer zu finden war, der seinen Magen nicht ängstlich vor jeder Gattung Obst gehütet hätte. Der fälschlich als Krankheitserreger denuncirte, berüchtigte Obstgenuss ist also durchaus von den krankmachenden Agentien auszuschliessen. Im Gegentheil wüsste ich nach meinen zahlreichen Erfahrungen kein besseres Präservativ für normales Körperbefinden anzugeben, als grade den reichlichen Genuss von frischem Obst.“

Jeder Botaniker, jeder Landwirth kennt den Einfluss, welchen die Beschaffenheit des Bodens auf die Entwicklung der Vegetation ausübt. Nach allem vorstehend Angeführten aber glaube ich zu der Annahme berechtigt zu sein, dass der naturgemäss mit Frucht ernährte Menschenleib kein Boden für schädlich auftretende Pilz-Vegetationen ist, sondern erst durch Düngung mit Fleischnahrung dazu gemacht wird — Alkohol und Narkotika mögen auch das ihrige beitragen. Soweit es sich um Verhütung von Krankheiten handelt, ist vegetarianische Lebensweise das beste Pilz-Regulativ.*) Diese Ansicht wird dem Herrn Professor Hallier neu sein — wenn er sich herbei lassen wollte, sie im Verlaufe künftiger

*) Gewiss, und was die allgegenwärtigen mikroskopischen Sporen anlangt, so lernt's jeder verständige Gärtner an seinen Pflanzen: je gesünder der Leib, desto weniger schaden die Pilze; aber jemehr Alkohol und andere Unnatur, desto eher „gehen wir in die Pilze!“ Anm. d. Red.

Arbeiten und Beobachtungen mit zu berücksichtigen und wo möglich experimentell zu prüfen, so würde der Wissenschaft und der Menschheit ein grosser Dienst geleistet. A. v. S.

Zur Verproviantirung der Festungen.

Der Vegetarianismus fängt an in Kreisen sich bemerklich zu machen, wo wir es wohl am wenigsten erwartet, obwohl, wir öfter nachgewiesen, dass seine Bedeutung auch dort unberechenbar ist. Den Beweis giebt die „Wehrzeitung“, welche unter dem 28. December folgenden Artikel bringt, dem wir hierdurch gern weitere Verbreitung geben.

„Herr Redacteur! Angesichts des französischen Festungskrieges, insbesondere was Metz und Paris betrifft, die durch die Stärke ihrer Befestigungen kaum anders als durch Hunger bezwungen werden können, drängen sich mir rücksichtlich der Verproviantirung fester Plätze Bemerkungen auf, die ich für so wichtig halte, dass sie vielleicht diesem Aufsatz ein Plätzchen in der „Wehr-Zeitung“ gönnen, wenn ich auch mit einiger Schüchternheit an die Besprechung dieses Gegenstandes herantrete.

Bei allen Festungen scheint sich immer die Hauptsorge um das Fleisch zu drehen, das für so unentbehrlich betrachtet wird, dass man mit Aufhören desselben allen Widerstand aufgeben zu müssen glaubt und daher eher alle für die Schlagfertigkeit der Besatzung so nothwendigen Pferde schlachtet, ja endlich sogar zu Hunden, Katzen und Ratten greift, was natürlicher Weise Epidemien zur Folge haben muss, die auch regelmässig, mitunter sehr verheerend auftreten.

Obwohl ich als Vegetarianer, (gestützt auf die Urtheile aller Naturforscher, Cuvier's, Owen's, Jolly's, Flourens' etc., die den Menschen nach seinem Körperbau, seinen Zähnen und seinen Verdauungswerkzeugen unter die Früchte

esser setzen, wie den Affen, mit dem er in jeder Hinsicht die grösste Aehnlichkeit hat, man mag über die Darwin'sche Theorie denken wie man will,) das Fleisch für eine unnatürliche und daher schädliche Nahrung halte, so will ich doch diese Frage ganz unerörtert lassen, da ich weiss, dass dasselbe ein durch die Gewohnheit geheiligtes Nahrungsmittel ist, dessen Werth in Zweifel zu ziehen bei vielen schon lebhaft entrüstet hervorrufft. Eines aber dürfte allgemein zugegeben werden, dass eine Festung, wenn die Sorge um das Fleisch wegfallen oder wenigstens verringert würde, ausserordentlich an Widerstandskraft gewänne, denn unter allen Umständen bleibt es eine höchst schwierige Aufgabe, eine etwas grössere Stadt auf Monate mit frischem Fleisch zu versorgen, aus Gründen, die wohl Jedermann einleuchten, nicht zu vergessen die Gefahr eintretender Seuchen, in deren Folge der Fleischgenuss doppelt gesundheitsgefährlich wird; eingesalzenes und geräuchertes Fleisch aber, abgesehen dass es nicht immer in genügender Menge zu beschaffen ist, wird selbst von den Aerzten als nicht sehr gesund betrachtet. Dass aber das Fleisch ein durchaus unentbehrliches Nahrungsmittel sei, wie es von vielen Aerzten angesehen wird, und dass der Mangel desselben Krankheiten hervorrufe, wie ich unlängst in einer Correspondenz aus Paris gelesen, ist eine durchaus absurde Behauptung, die mit allen Thatsachen in grellem Widerspruche steht. Im Gegentheil, die wirklich unersetzlichen Nahrungsmittel sind das Brod und die Vegetabilien; Millionen leben auf der Erde nahezu ohne Fleisch, was freilich die Städter nicht begreifen, Niemand aber kann lange Zeit von Fleisch allein leben ohne Schaden für seine Gesundheit. Man weiss ja, dass bei der sogenannten Bantingkur sich bald ein unüberwindlicher Ekel vor Fleisch einstellt und häufig sehr schlimme Folgen, Magenkrämpfe, Furunkeln, ja

Auszehrung und langjähriges Siechthum beobachtet wurden. So sollen viele Rekruten der Urschweiz das Fleisch nicht vertragen können, weil sie von Haus aus nicht daran gewöhnt sind und daher in Folge der Militärkost häufig an Durchfall leiden.

Wir Vegetarianer beschäftigen uns mit der Nahrungsfrage ganz besonders und „Baltzer's Vereinsblatt“ bringt uns Berichte aus Nah und Fern, die alle nicht nur den wohlthätigen Einfluss unserer Nahrungsweise bei Krankheiten aller Art constatiren, sondern auch durch hundert Beispiele darthun, dass man bei grösster Mässigkeit auch rücksichtlich der Qualität der Nahrung sehr kräftig und gesund sein könne. So berichtet Professor Brenneke von seiner Reise nach Konstantinopel, dass die Türken sich mit Brod, Wasser, Melonen und anderen Früchten begnügen und dabei so ausgezeichnete Lastträger sind, dass sie mit mehreren Centner schweren Koffern mit Leichtigkeit dahin eilen und die sogenannten Hamals ganze Fuhren von Steinen, Bauholz etc. auf ihren Rücken steile Wege hinauf tragen. Im 31. Bande der Meyer'schen Volksbibliothek wird berichtet, dass die Bevölkerung an der Nordküste Irlands nur von hart gerösteten Haferkuchen lebt und gleichwohl sehr kräftige, wohlgeformte, mitunter wahrhaft athletische Gestalten aufweise, ebenso sei Irland berühmt wegen seiner schönen Mädchen. Baron Prokesch schreibt an Dr. Nowy über die Lebensweise der Fella's in Egypten, dass sie, obwohl sehr kräftige Leute, ganz ohne Fleisch, nur von Durra-brod etc. leben. Wir wissen ferner, dass die italienischen Bauern und Arbeiter, die sehr gesucht sind, sich nur von Polenta nähren. Ein Reisender berichtet in dem Werke von Gregorovius, dass die zierlichen Frauen der Insel Capri, die sich durch prachtvolle Zähne und Körperanmuth auszeichnen, Lasten auf ihren Köpfen den steilen Berg hinauftragen, die selbst für Män-

nerstärke kaum zwingbar scheinen, und ihre Mahlzeit, wie er oft gesehen, besteht aus trockenem Brod, Pataten und halbreifen Pflaumen, Fleisch essen sie niemals. Aber nicht blos im Süden, auch im Norden begegnen wir ähnlicher Frugalität. Das „Helsingfor Tagblatt“ vom 31. October 1867 klagt, dass das Volk in Finnland einen entschiedenen Widerwillen gegen Fleisch habe und nur Brod für die nöthige Kost halte, so dass die Landprediger sogar von der Kanzel dieses vermeintliche Vorurtheil hekämpfen zu müssen glauben. Diese wenigen hier angeführten Thatsachen, denen ich noch hundert andere beifügen könnte, dürften genügen, die oft unbegreiflicher Weise gehegten Besorgnisse zu zerstreuen und den Beweis zu liefern, dass die medicinisch-chemischen Theorien Liebig's und seiner Nachbeter durchaus unhaltbar sind, und wie man immer über Fleischkost denken mag, dass der Mangel derselben weder der Gesundheit noch der Leistungsfähigkeit Eintrag thue. Uebrigens gesteht Liebig in Auerbachs Volkskalender selbst zu, dass der Mensch auch ohne Fleisch ganz gut existiren könne, und führt den Holzhauer aus den baierischen Hochlanden als Beispiel an; auch Virchow sagt, der Araber lebt mit einer Hand voll Reis den ganzen Tag, und im hohen Norden verrichtet der Norwege bei staunenswerther Mässigkeit seine harte Arbeit.

Die Consequenzen ergeben sich hieraus von selbst; welche Bedeutung hätte es für Frankreich, wenn Metz und Paris vorzüglich mit Brodfrucht, Mais, Hülsenfrüchten, Kartoffeln, Rüben, Reis und dergleichen vegetabilischen Nahrungsmitteln, die nicht leicht dem Verderben unterliegen und überall Platz finden, versorgt, das vorhandene Futter aber vor Allem den Pferden der Garnison und nicht dem Schlachtvieh zugewendet worden wäre, so dass der Widerstand um viele Monate hätte verlängert werden können. Möge man

auch immerhin feste Plätze nach Thunlichkeit mit frischem Fleisch versorgen, schon um der Officiere willen, die nun einmal an starke Fleischkost gewöhnt sind, aber man möge den Wahn aufgeben, dass mit Aufhören des Fleisches aller Widerstand aufhören müsse, die Mannschaft geniesst ja auch bei uns zum grössten Theil in der Heimath kaum des Sonntags Fleisch, wird dasselbe daher leicht entbehren und sich weit wohler dabei befinden als bei Pferdefleisch, Hunden und Ratten, vor deren Genuss schon die Natur durch unwillkürlichen Ekel warnt und sicherlich auch dafür straft.“ A. Z.

Sealsfield.

Im Nachfolgenden erlaube ich mir, einen Auszug aus Sealsfield's Werken zu bringen, von denen ich nicht weiss, ob sie den Lesern dieses Blattes so bekannt sind, als ich es wünschte. Die Stelle ist dem Roman: „Das Cajütenbuch oder nationale Charakteristiken“ entnommen. Den geschichtlichen Hintergrund dieses Romans bildet die Losreissung des jetzigen Staates Texas von Mexico. Ein Oberst, nachher General, Morse, schildert als Augenzeuge die Kämpfe der Texaser gegen die Mexikaner. Er beschreibt den Auszug eines texasischen Freicorps. Nachdem die tapferen, in den Strapazen der Prairien abgehärteten Männer die Blockfeste von Galveston genommen, geht der Marsch vom Trinity-River aus 250 englische Meilen durch Prairien über Flüsse und Ströme. Der Oberst erzählt seinen Zuhörern, einer amerikanischen Abend-Gesellschaft: „Was sich nicht durchreiten liess, wurde durchschwommen. — Sie glauben aber auch gar nicht, wie selbst der Gebildete, Wohl-erzogene, wenn in natürliche Zustände versetzt, vorzüglich aber in aufgeregter Stimmung, die ihm von Jugend auf zur Natur gewordenen Bequemlichkeiten so leicht entbehrt, vergisst! — Hier brachte uns jeder Tag frische Entbeh-

rungen, aber auch frischere Kräfte, fröhlichere Lebensgeister. Und doch schiefen wir Nacht für Nacht unter freiem Himmel, auf feuchter Erde, einmal im stärksten Regen, mehrere Male bis auf die Haut durchnässt, mit keiner weiteren Nahrung, als Panolas — Maisbrode, stark mit Zucker versetzt, die anfangs etwas süsslich-fade schmecken, bald aber sehr gut behagen. Sie sind auf weiten Reisen in Texas, Cohahuila, Santa Fé die allgemeine Nahrung und haben bei forcirten Märschen den grossen Vortheil, dass sie leicht verpackt werden und doch nicht leicht verderben, den Mann nicht nur gesund und kräftig, sondern auch in einer heiteren, — ja süssen, gewissermassen verzuckerten — Stimmung erhalten. Diese süsse, wie verzuckerte Stimmung unserer Leute, wenn sie Nichts als Panolas hatten, sowie wieder die leidenschaftlich gierige, selbstische, ja gehässige, wenn sie animalische Nahrung genossen, nahm ich oft die Gelegenheit wahr, auf unseren Hin- und Hermärschen zu beobachten. Dieselben Menschen waren ganz andere, wenn sie um die Rumbouteillen herum-sassen, und wieder, wenn sie nüchtern ihre Panolas aus dem Sattelfelleisen hervorzogen. In dem einen Falle eine Gier, ein Heisshunger, der selbst da, wo er nicht in laute Aeusserungen ausbrach, ekelhaft thierisch in den Gesichtern zu lesen war, — im andern Falle wieder eine Gelassenheit, eine Ruhe, ja Sanftmuth, Urbanität, die ordentlich überraschen, die Majestät unseres vielköpfigen Souverains ganz leidlich finden liessen.“

„Dieses Räthsel löst sich jedoch, wenn man bedenkt, dass selbst der Roheste, Gefräßigste da zurückhält, wo Nichts mehr seinen thierischen Begierden Befriedigung verspricht, der Selbstsüchtigste mittheilend wird, wo seiner Selbstsucht kein weiterer Spielraum offen steht. — — — Auf diesem Marsche nun gab es Nichts als Panolas. — —“

Nun folgt die lebensvolle Schilderung der Kämpfe dieser charakteristischen Truppe gegen die dressirten mexikanischen Soldaten. Sealsfield zeigt hier, wie der Individualismus, in Berührung mit der Natur (hier die der Prairien) sich entwickelnd, den Sieg über die Masse davonträgt. — Auch aus seinen übrigen Werken ergiebt sich, wie weit die Charakteristik der einzelnen Personen und die allgemeine Anlage seiner Länder- und Völker-Schilderungen über die Reisebeschreibungen und Romane selbst eines Gerstäcker, Cooper u. A. erhaben ist. Auf der ungesuchten, einfachen Grundlage derselben erhebt sich ein Werk, so abgerundet, originell und farbenfrisch, und dabei so wahr und von einer Poesie umwoben, wie sie nur die Natur und das Leben der Wirklichkeit bieten kann. In seinem „Nathan, der Squatter-Regulator“ und anderen meisterhaft geschilderten Charakteren führt Sealsfield die grossen Entwicklungen im amerikanischen Staatsleben auf die keimenden Anfänge in der Brust einzelner Individuen zurück, die uns hier im rauhen Hinterwäldler-Habit als Genossen der von aller Welt gepriesenen Heroen in der Geschichte der Menschheit erscheinen. Nur ein Geist, der durch die Schwächen der Menschen hindurch das wahre Menschenthum erkannt hat und an dasselbe glaubt, kann so schildern und schreiben. Sealsfields „Virey“, seine „Lebensbilder aus beiden Hemisphären“ entrollen die Zustände Mexiko's, Amerika's u. s. w., aber enthalten auch zugleich eine Schilderung des Menschencharakters aller Zeiten und Völker, und darum ist er meiner Ansicht nach ein Pionier des Vegetarianismus, — des Menschenthums. X.

Der Kapitain John Ross aus der Nordpolexpedition.

Kapitain Ross sagt: „Ich lasse den Seeleuten volle Gerechtigkeit wiederfahren, wenn ich sage, dass sie sich

auf das äusserste anstrengten; allein sie verdienen noch ein besonderes Lob wegen eines ganz anderen Beweises von Gehorsam und Selbstaufopferung.

Ich war nämlich der Einzige, welcher keine geistigen Getränke genoss und wurde deshalb nie von entzündeten Augen (eines der schwersten Leiden bei dem Aufenthalt in Polarländern) heimgesucht. Deshalb stellte ich ihnen vor, dass nur der Grog diese verursache und machte ihnen den Vorschlag, diesen Genuss aufzugeben. Auch bemerkte ich noch, dass ich zwar von Allen der Aelteste sei, aber doch alle Beschwerden leichter wie sie ertrüge. Diesem beizustimmen, fand kein Bedenken statt, und dieses Verdienst war um so grösser, da sie nicht nur eine bei dem Seemann eingewurzelte Gewohnheit aufgaben, sondern auch immer darin ein Hauptstärkungsmittel gesehen hatten. Fortan tranken die Seeleute nur Wasser.“

Ueber die gewonnene Ueberzeugung, dass die geistigen Getränke nicht stärken, sondern schwächen, sagt Ross weiter: „Es ist schwer, die Menschen, selbst wenn sie nicht gewöhnlich geistige Getränke zu geniessen pflegen, zu überzeugen, dass der Genuss schwächt, statt das Gegentheil zu bewirken. Der augenblickliche Reiz giebt für den Moment Muth und diese Wirkung wird fälschlich für neue Kraft angenommen. Allein das Nachdenken wird zeigen, wie gerade das Gegentheil erfolgt. Man darf nur den Leuten bei harter und anhaltender Arbeit einen Trunk Grog oder Branntwein geben, um zu sehen, dass sie bald nachher träge werden, weil sie ihre Kräfte dadurch verlieren.“

Keine Erfahrung zeugt hierfür mehr, als die, welche die Arbeiter in den Eisengiessereien machen. Unter allen Arbeiten, die den Menschen obliegen, greifen diese am meisten an; aber die, welche darin beschäftigt sind, wissen sehr gut, dass sie dazu untauglich werden, wenn sie auch nur Bier trinken,

und ihr einziges Getränk während der ganzen Zeit ihrer heissen und sauren Arbeit ist — Wasser.“ M. Z.

Herr Leopold Winter,

Naturarzt in Bochnia, theilt mir eine Reihe Bilder für das Vereinsblatt mit, welche erkennen lassen, wie der Vegetarianismus und das Heilverfahren Hand in Hand gehen müssen. Der beschränkte Raum gestattet mir leider nicht, so ausführliche Krankheitsgeschichten aufzunehmen, wenn sie nicht ganz Ungeöhnliches enthalten, doch will ich einige Fälle in der Kürze wieder geben. Ein 7½-jähriger Knabe wurde von Masern und zurückgetretenem Exanthem nach Anleitung von Th. Hahn's Handbuch behandelt und in 10 Tagen geheilt. Da dabei die vegetarische Diät eingeführt wurde, nahm das ganze Haus sie an — fiel aber später wieder davon ab — (wie gewöhnlich, wo der Vegetarianismus nur als Kur gebraucht wird). Im Herbst erkrankte der Knabe wieder an Scharlach und wieder ward er nach Hahn's Anweisung behandelt und sehr rasch geheilt, dennoch nahm man die Grundsätze, die das Heil bedingen, auf die Dauer höchstens halb an. Das ist die Macht der Gewohnheit. — Ein junger Mann in der Weichselniederung hat 18 Monat Weichselfieber, das trotz Unmassen Chiningaben nicht gewichen. Die blosse Luftveränderung (von Krakau in freies gesundes Waldland) besserte das Uebel. Herr Winter selbst hat 8 Jahre hindurch als Beamter in der Weichselniederung am Strom „Tag und Nacht ohne Rücksicht auf Wetter höchst beschwerlichen Grenzdienst gehabt, und ist gänzlich frei vom Fieber geblieben, während seine Kameraden meist die grösste Hälfte des Jahres am Fieber darniederlagen.“ Nach solchen That-sachen ist er überzeugt, dass der Vegetarianismus, allgemein angenommen, das Weichselfieber verschwinden machen würde. Der fragliche Patient, nach

Hahn II, 61 behandelt und vegetari- nisch instruiert, verlor das Fieber bald für immer und wird Missionair des Ve- getarianismus. — Ein anderer Patient litt an einem Furunkel im Genick. Naturgemässe Behandlung nach Hahn II. 158 und streng vegetarianische Diät führten zur Genesung. „Das sechsjäh- rige Töchterchen des Hauses drang aus eigenem Bewegen auf fleischlose Kost und man war so verständig sie gewäh- ren zu lassen, während man sich selbst dieser Diät sehr näherte. Aehnlich im Fall eines schweren Wundmahles mit Gehörleiden verbunden, im Typhus u. A. Ueberall ist das Grahambrod der Pionier, und sein Gebrauch, von ausserordentlich günstigem Erfolge, na- mentlich in Verbindung mit massvollem Obstgenuss. Wenn ich übrigens Theod. Hahn citire, weil ich dessen Methode für die beste halte, so glaube man nicht, dass ich slavisch nachahme oder das jemandem empfehlen wolle. Allerdings, weder die schrothsche, noch die com- binirt priesnitz-schrothsche, noch die Hofrath Rembachsche oder wie die Kur- methoden sonst heissen, die ich ehemals an mir selbst und an Anderen erprobte, kommt der Hahnschen gleich, aber die Hauptsache bleibt das Individualisiren aus eingehendem Verstehen der Natur, das bietet die sicherste Garantie des Gelingens.“ — Wir sehen hieraus, wie auch ein Laie, der mit Verständniss der Natur zu Werke geht, sehr viel Gutes stiften kann und wünschen dem alten würdigen Herrn noch eine lange rüstige Thätigkeit.

Berlin, 25. December 1870.

Sehr geehrter Herr! In der italie- nischen Reise von Göthe (Sämmtliche Werke in 40 Bdd., Cottasche Ausgabe 1840, Bd. 23 Seite 38¹⁾) finde ich folgende Bemerkung über die Tyroler:

Sobald mir vom Brenner Herunter- fahrendem der Tag aufging, bemerkte ich eine entschiedene Veränderung ihrer Gestalt, besonders missfiel die bräun-

lich bleiche Farbe der Weiber. Ihre Gesichtszüge deuteten auf Elend Kin- der waren ebenso erbärmlich anzusehen. Männer ein wenig besser; die Grund- bildung übrigens regelmässig und gut. Ich glaube die Ursache dieses krank- haften Zustandes in dem häufigen Ge- brauch des Türkischen- und Heide- korns zu finden. Jenes, das sie auch gelbe Blende nennen und dieses, schwarze Blende genannt, werden gemahlen, das Mehl in Wasser zu einem dicken Brei gekocht (also: „Schrotbrod“, Anm. d. Eins.²⁾) und so gegessen. Die jen- seitigen Deutschen rupfen den Teig wieder auseinander und braten ihn in Butter auf, der welsche Tyroler hinge- gegen isst ihn so weg, manchmal Käse darauf gerieben und das ganze Jahr kein Fleisch (also Vegetarianer.³⁾) Nothwendig muss das die ersten Wege verleimen und verstopfen, besonders bei Kindern und Frauen und die ka- chektische Farbe deutet auf solches Verderben. Ausserdem essen sie auch noch Früchte und grüne Bohnen, die sie in Wasser absieden und mit Knob- lauch und Oel anmachen.“ (Offenbar Vegetarianer von strenger Richtung.⁴⁾)

Vielleicht haben Sie die Güte, geehr- ter Herr, diese Worte des grossen Mannes einer Prüfung zu unterwerfen und darüber im Vereinsblatt zu be- richten.⁵⁾

Einer, der gern Vegetarianer werden will, aber durch die Autorität Göthes noch davon abgehalten wird.⁶⁾

* * *

Wir bemerken dazu Folgendes:

1) in der Ausgabe von 1833 steht es Bd. 27 S. 55.

2) der Herr Einsender sollte doch Brod und Brei wohl unterscheiden! Und für jedes wieder „Alles mit Unterschied.“

3) Das allein macht noch nicht den Ve- getarianer, wenigstens nicht den vernünf- tigen. Man sehe die Grundsätze des Vege- tarianismus z. B. S. 307 dieser Blätter.

4) Vielmehr: Vegetarianer aus Noth, un- bewusst und darum ohne Kritik und ohne Rücksicht auf sonstige Gesundheits- und Krankheitsursachen.

5. Wer es weiss wie schnell die Wagen den Brenner hinunterrollen, der wird auf solch eine flüchtige Bemerkung keinen Werth legen: Göthe hatte gar nicht Zeit, die son- stigen Ursachen zu untersuchen, aus denen dies Symptom entspringt: die Armuth und die aus ihr entstehenden geistigen und ma- teriellen Missstände.

Wie wenig das türkische Korn (Mais) an sich Ursache der Kachexie ist, bezeugen Alle, die von ihm unter sonst günstigen Umständen leben, vergl. z. B. S. 411, 378, 364, 359 u. A.

6) Wenn der anonyme Einsender Wahr- heit spricht, so muss er wohl zu den Göthe- vergötterern gehören, die auf des Meisters Worte schwören, nicht etwa nur, wenn er ex cathedra spricht, sondern bei allem und jedem Wort, oder gar bei jedem Abfall ihm

anbeten, wie jene Gläubigen bei den Windeln Jesu. Warum denn nicht selbst prüfen? Göthe hat niemals die vegetarianische Frage bewusst geprüft, sondern — „indessen er manchen Hahnen aufgegessen“ — nur beiläu- fige Bemerkungen gemacht. Sollen diese ent- scheiden? Nun dann halten Sie sich doch an solche Aeusserungen Göthes, die an die bessere Natur gemahnen. z. B. ebenda pag. 42: „Mein eigentlich Wohlleben aber ist in Früchten“ etc.; erinnern Sie sich, dass er schon als Kind mit uns vegetarianisch empfand, denn: „so erinnere ich mich auch, dass ich immer mit Entsetzen vor den daran (an den Marktplatz in Frankfurt a. M.) stossenden engen und hässlichen Fleisch- bänken geflohen bin.“ (Aus m. Leb., Bd. 24, S. 23.) E. B.

Literarisches.

Von der englischen Vegetarianer-Vierteljahrschrift *The dietetic Reformer* und *Vegetarian Messenger* ist das erste Heft dieses Jahres erschienen (London, F. Pitman, Paternoster Row. 3 d). Es enthält u. A. den Bericht über die 22. Jahresversammlung des englischen Vegetarianer-Vereins, dessen Präsident z. Z. W. Harvey, Esq. in Salford, Acton Square 8 ist und als Secre- taire der Gesellschaft fungiren Mr. T. Barker in Manchester, Rev. James Clark in Salford, Cross Lane 126.

La Reforme medicinale, journal populaire de médecine naturelle ist der Titel einer neuen Zeitschrift, davon beide erste Nrn. uns vorliegen, 3 Frank das Quartal, Lausanne. Herausgeber ist Dr. Guignard (Siehe S. 189 u. 191 d. Bl.)

Der „Naturarzt“ von Th. Hahn zeigt in seiner letzten Nummer von 1870 an, dass die Redaction von Neujahr ab mit dem Blatt selbst an den früheren Mitredacteur Herrn Gustav Wolbold in Dresden, (Ammonstr. Nr. 52) überge- gangen ist. Derselbe ist „im Wesentlichen mit den diätetischen und therapeu- tischen Grundsätzen Th. Hahns, wie dieser selbst ausspricht, einverstanden“ und möge daher das Blatt in und ausser unseren Kreisen hiermit auch ferner auf das Dringendste empfohlen sein. Nachschrift: Soeben geht Heft 1 ein und entspricht unseren Erwartungen!! E. B.

Da das **vegetarianische Adressbuch** am 1. Februar zur Versen- dung bereit sein wird, bitten wir diejenigen geehrten Freunde, welche Mitglieder des deutschen Vereins für naturgemässe Lebensweise werden wollen, den Jahres- beitrug pro 1870/71 und die Nichtmitglieder, welche auf das Buch abonniren wollen, 2 Sgr. pro Exemplar in norddeutschen Briefmarken an den mitunter- zeichneten Vorsitzenden L. May, Linienstrasse 233, einsenden zu wollen, um alsdann die Expedition pr. Kreuzband franco zu veranlassen. Gleichzeitig bit- ten wir, die Arbeit als einen Versuch von Laien mit Milde zu beurtheilen. Hoffentlich wird der gemachte Anfang den Weg zum Vollkommeneren bahnen. — Die statistischen Notizen werden wir der nächsten Versammlung vorlegen, wennmöglich in diesen Blättern mittheilen.

Der Vorstand:

L. May. Dr. Baron. Dr. Nauhaus.

Berlin, 23. Januar 1871.

Herr L. May wird mich in den Stand setzen von dem „vegetarianischen Adressbuch“ (siehe oben) etwaigen sonstigen Bücherbestellungen beifügen zu können.
Eduard Baltzer.

Ein junger Oeconom, Vegetarianer, sucht Stellung in einem vegetaria- nischen Handelshause oder Bureau als Comptoirist, auch zuvörderst als Volontair.
Die Redaction.

Diejenigen, welche noch nachträglich bei der „Bitte“ bezüglich der Kinder Struves interessirt sind, werden brieflich demnächst verständigt werden.
E. B.

Briefkasten. Herrn M. Z. in B. Ob die von Pythagoras verbotene Bohne die vicia faba oder eine andere gewesen, dürfte eben so schwer zu erweisen als — gleichgültig sein. — Was die spartanische schwarze Suppe betrifft, so ist mir kein antikes Special- Recept derselben bekannt. Dass sie aber eine Art deutscher „Wurstsuppe“ oder „Schwarz- sauer“ gewesen sei, aus „Schweinefleischbrühe, Blut, Essig und Salz“ bestehend, ist eine — carnivore Conjectur. Nach der Lykurgischen Gesetzgebung waren die Mahlzeiten ge- meinsame, öffentlich controllirbare, höchst einfache und „jeder Tischgenosse lieferte dazu monatlich einen Medimnus (circa 1 Berl. Scheffel) Gerste, acht Choen (à 3 Quart) Wein, fünf Minen (circa à 1 Zollpfund) Käse, fünf halbe Minen Feigen und zur Zukost eine Kleinigkeit an Geld“, siehe Porphyrius, Apoche, übersetzt von Baltzer. Seite 109. Der kurze Ausdruck „zur Zukost eine Kleinigkeit an Geld“ lässt sogar eine carnivore Deu- tung zu Gunsten der, wenn auch sehr dünnen „Wurstsuppe“ zu, ist aber nur als ein „Trinkgeld“ für Besorgung der Zukost zu verstehen, denn es steht im Text nicht ὑπόριον, Zuspense, sondern, ὑπορίαν, Besorgung der Zukost, und der ganze Ausdruck (πρὸς δὲ τοῦτοις εἰς ὑπορίαν μισθὸν τι κομίδῃ ρουίσματος) zeigt, dass es sich um eine „sehr grosse Kleinigkeit Geld“ handelte. Sie sehen, die Wurstsuppe war also im Recept nicht vorgesehen: wer aber zu Hause für sich vielleicht Anderes ass, verfiel der Verachtung, wie Sie dort weiter nachlesen können. Die „schwarze Suppe“ wird also unserer vegetarianischen vortrefflichen „Brodsuppe“ ähnlich gewesen, in der sich statt der Feigen etwa Rosinen finden, und die, obwohl von Weizenschrot, doch sehr dunkel ist, von der Gerste noch dunkler (der Weizen kam in Griechenland erst nach den Perserkriegen auf). Sparta hat freilich lange gestanden, und es mag mit der sich ändernden Zeit auch die „schwarze Suppe“ sich verändert haben. Für die alte Zeit ist die Wurstesuppe eine Fabel. Vielleicht interessirt Sie, was uns Stephanus Niger (in seinem opus de nimio opso- niorum appetentia, ex Musonio graeco excerptum Basel 1532 pag 295 sq.) sagt: „Zuckerge- backenes und natürliches Naschwerk (pemmata et tragemata) assen die Lazedämonier nicht. Als daher die Thasier mit dergleichen dem Spartanerkönig Agesilaus ein Geschenk machten, nahm er es gar nicht an. Als sie ihm nun einige Ochsen und Kleinvieh sandten und um Annahme baten, sagte er: „Gebt es den Heloten“; die Heloten aber brauchten die Lacedaemonier als ihre Sklaven.“ — Was die Eier betrifft, so bemerke ich: Mir gilt es gleich, ob und wie die Gelehrten das Ding erklären. Die Alten nennen Eier die „Milch der Hühner“ und ich habe auch eine Zeitlang noch als Vegetarianer sie ge- schätzt, weil sie viel Nährstoff bieten. Allein ich könnte keinem Vogel ein Ei rauben, um es zu verzehren, und anderentheils widert mich jetzt ihr Geruch an (wenn sie gekocht oder gebraten sind) und genaue Beobachtungen haben mir festgestellt, dass der Genuss von 2—3 Eiern jedesmal meine normale Verdauung störte, und schliesslich die faeces mit unbeschreiblich widerlichen Odeurs befruchtete. Nun mag Chemie und Physiologie über Eier befinden wie sie will, ich lebe ohne sie viel besser und halte sie mir thunlichst fern. — Uebrigens verbindlichen Dank. — Th. Sch. Z. Sch. Eingehende Offerten werden Sie sogleich erhalten. — St. in Königsberg. Sie möchten gern wissen, von wo man Mais am besten bezieht und bereitete. Ich auch!
E. B.

Vegetar. Erfahrungen aus dem Kriege werden gewünscht. D. Red.

Dieser dritte Jahrgang (Nr. 21—30) ist durch jede Buchhandlung oder direct vom Herausgeber gegen portofreie Einsendung von 20 Sgr zu beziehen. Nr. 1—10 und 11—20 Desgl.

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

Nächste Nummer erscheint Mitte März.

Vereins-Blatt

für Freunde der natürlichen Lebensweise (Vegetarianer).

Jahrgang III.

Nr. 21—30.

N^o 28.

Nordhausen, den 18. April.

1871.

Motto: Der Vegetarianismus ist die naturgemässe Diätetik für Leib, Seele und Geist des Menschen, und zwar alles Dreies im schönen Einklange.

Naturgemässe Erziehung der Jugend.

Vortrag,

gehalten bei der oberösterrei- chischen Lehrer-Versammlung zu Linz am 27. Septbr. 1870

von

Matthäus Schmidtbauer,
Lehrer.

Werthe Collegen und Freunde! Das Thema, das ich mir zu besprechen er- laube, ist schon vielfach ventilirt wor- den. Bei der Weite desselben wird es wohl schwer, es genügend, vollkom- men durchzuführen und ich bin genö- thigt der kurzen Zeit wegen, die mir zu reden erlaubt, mich in manchen Punkten blos auf Andeutungen zu be- schränken; vieles unmotivirt zu lassen, um den Hauptgesichtspunkten Rechnung tragen zu können. Ich hoffe dieser Frage neue Seiten abzugewinnen und möchte mich damit Ihrer freundlichen Aufmerksamkeit empfohlen haben.

Der Griechen weises Princip war: nach der Natur zu leben, und dieses Gesetz gelte auch uns bei unserer Kin- dererziehung. Da das vegetative Le- ben im Neugeborenen zumeist seine Rechte behauptet, wollen wir uns zu- erst mit den allerwichtigsten Lebensbe- dingungen kurz bekannt machen.

Die Natur fordert deutlich genug als erste Nahrung Muttermilch von Mut-

terbrust. Die Mutter, die diesem Ge- setze aus unabweislichen Gründen nicht nachkommen kann, ist bedauerns- werth, wäre sie lieber nicht Mutter geworden; jene aber, die aus ande- ren, unserer Hyperkultur ent- stammenden Ursachen diese Le- bensquelle dem Kleinen verschliesst, verdient den Namen Mutter nicht, sie ist ein zu verachtendes Weib, dessen Grausamkeit weit die einer Tigermutter übertrifft. Sie tritt die ewigen Natur- gesetze mit Füßen und überliefert so das hilflose Würmchen frühen Krank- heiten, aufs mindeste disponirt sie dazu.*) Sind die ersten Monate vorüber und ist das Kindlein für andere Nahrung schon gekräftigt, bekomme es Milch von ge- sunden Thieren und vegetabilische Kost in ihrer endlosen Auswahl und als Ge- tränk diene frisches Quellwasser. Ferne halte man alle Kunstproducte als gei- stige Getränke in jeder Art, Kaffee und namentlich den Fleischgenuss. Der natürliche Instinkt des Kindes weist treulich diese Dinge von sich ab und jede Mutter kann beobachten, dass diese Reiz- und Genussmittel anfangs nur mit Widerwillen vom Kinde genommen wer- den. Da ich in meiner Abhandlung auf diesen Gegenstand nochmals zurück-

*) Die Verpflichtung der Mütter zum Selbststillen. Ein ernstes Wort den jungen, deutschen Frauen von Dr. Hasse.
Gütersloh, Bretelsmann.

komme, will ich ihn hier vorübergehend berühren.

Beständig frische Luft reinige sein junges Blut, wie tägliche Bäder, nach Graden bemessen, es mit der äusseren Lunge, der Haut thun.

Grössere Missgriffe bei der körperlichen Erziehung werden nicht leicht begangen als gerade mit diesen letzteren getrieben werden. Das Bad hat nur dann Zweck, wenn es eine bemessene Reaction im Organismus hervorruft, und dies geschieht durch die Temperaturverschiedenheit zwischen Blut und Badewasser. Wenn zwar in den ersten Tagen das Bad gleich der Blutwärme ist, so muss jenes doch allmählig niedriger Temperatur werden, etwa auf einige 20 Grade. Bäder sind nebst Bewegung überhaupt das vorzüglichste Mittel für geregelten Stoffwechsel und deshalb bade man nicht etwa nur ein paar Wochen, sondern fort und fort.

Abgesondert vom bunten Treiben der Welt, wachse das Kind auf mehr in der Einsamkeit, denn der Welttaumel macht es taub, das Flitterzeug unserer Industrie blendet sein Auge, wie der Ueberfluss am Neuen es nur übersättigt. Denn wer jung mit halb offenen Augen alles beschaut und dabei natürlich doch wenig sieht, verlernt dadurch die Kunst des Sehens für später. Daher kommt es denn, dass zur Zeit der Reife nichts mehr auf den Geist einen Eindruck machen will.

Die Liebe sei des Kindleins Wärterin und in einer gesunden, freien Natur überlasse man es seiner eigenen Entwicklung und es wird sich selbst wunderbar vollenden. Ferne halte man nur die Dämonen, die das von Natur gut Geborne verderben könnten, denn würde es einstens böse, so trägt die Umgebung daran die Schuld. Wollen wir also eine bessere Nachkommenschaft aus unseren Kindern erziehen, muss die sie umgebende Atmosphäre eine gesunde sein. Wo Zwietracht und Unfrieden in der Familie herrscht und

Rohheit und Gemeinheit die Erzieherin ist, und Leidenschaften aller Art vor den Augen des Kindes sich abspielen, ist alles Erziehen wollen eine Danaidenarbeit. Der Gottesfunke wird zwar anfangs im Kinde immer noch durchleuchten, doch mit der Zeit erlöschen alle edleren Menschenanlagen, das Böse überwuchert die guten Keime und vom jungen Triebe ernten wir wieder dieselben herben Früchte des Stammbaumes.

In die ersten Lebensjahre fällt noch ein wichtiger Akt, ich meine den Firmungsakt gegen künftige Krankheiten, das Impfen. So wie die wahre Cultur nur der Menschheit Wohl fördert, ist es die Aftercultur, die grösseres Elend schafft, als es ein beschaulicher Naturzustand vermag. Unser europäisches Lazareth verräth nur letztere. Diesen Leiden abzuhelfen, bildete sich ein eigener Stand, der von Anbeginn Mittel auf Mittelchen häufte zum Heile der Siechen. Dies mag sich der für Naturgesetze Blinde gefallen lassen, wenn diese Zaubermittel zur Austreibung von bestehenden Uebeln angewendet werden; wenn man aber selbst Talismane gegen künftige Krankheiten gefunden zu haben glaubt, so ist damit dem ersten Unsinne doch die Krone aufgesetzt. Dass auf dem medicinischen Composthaufen schon manches Unkraut wuchs, geben ja ehrliche Fachmänner selbst zu, dass aber gerade die Kuhpocken-Impferei der grösste Wahnwitz von allem ist, sehen viele noch nicht ein. Bei unserer heutigen Wissenschaft, namentlich durch die Lehre vom Stoffwechsel muss es den Denkenden nur befremden, solchen verrosteten Plunder noch zu glauben, denn wissenschaftlich beweisen können ihn selbst die Impfschwärmer nicht. Doch auch in dieser Frage dämmert es schon auf; von den Medicinern selbst sind eben so viele Gegner schon, als es noch blinde Verehrer giebt. Eine naturgemässe Erziehung also wird auch diesen Standpunkt zu überwinden haben

und die so häufig noch gesetzlich geschützte Vergifterei mit Kuhaussatz bei unserer Kinderwelt nicht gestatten.

Mit dem 7. Jahre reift das Kind dem zweiten Lebensabschnitte I, der Schule, entgegen. Die sauberen Schulräume begrüsst es mit Freuden, denn nicht fremd fühlt es sich darinnen. Dieselbe reine Luft wie in Gottes freier Natur umfächelt das Kind, dasselbe Grün der Pflanzen, wie in heiterer Flur, wird seine Augenweide; derselbe freundliche Ernst des Lehrers ist ihm der bekannte Vaterblick, dieselbe liebende Stimme, der sanfte Liebshauch der Mutter. Es findet Natur und Eltern in der Schule wieder, nur grösser ist die Familie jetzt, der es für nur wenige Stunden täglich angehört. Das Ideal der Schule ist uns also die Familie, in der Knaben und Mädchen durcheinander in Unschuld aufwachsen. Und gerade hier stossen wir wieder auf einen Punkt, der nicht naturgemäss zu nennen ist, ich meine die Trennung der Geschlechter.

Wir haben keine Ursache, eine solche vorzunehmen, denn weder verschiedenartige geistige Anlagen, noch besondere Bildung in diesen Jahren, die der eine oder andere Theil naturgemäss benötigte, noch Gefahr für sittliche Entwicklung verlangt dies. Scheiden wir nicht, was Gott zusammengefügt hat, denn die Erfahrung zeigt uns zu bestimmen, dass ein naturwidriges Absperren beider Geschlechter gerade das heraufbeschwört, was wir dadurch verhindern wollen. Eine Zeit, die aus moralischen Gründen so fest auf die Absonderung der Geschlechter besteht, verräth nur, dass die sittlichen Bande schon bedeutend gelockert sein müssen. Man lasse sie nur frei und ungezwungen unter dem überwachenden Auge mit einander verkehren (kann man dies doch auch ausser der Schule nicht hindern) und die beiden so gegensätzlichen Pole werden sich wunderbar aus-

gleichen und der Nutzen gegenseitigen Lernens wird gross sein. Und wahr ist die Ansicht des Philosophen Krause, wenn er sagt: „Die männliche und weibliche Jugend müssen überall und in allen Lebensaltern, in allen Theilen menschlichen Lebens und menschlicher Bestimmung frei und miteinander umgehen und sich allseitig und allgestaltig gesellen, wenn menschliche Bildung auf Erden aufblühen, wenn die Menschheit selbst vollendet werden soll.“ So vereint erziehen sie sich wechselseitig bis mindestens zum 12. Jahre, während von da ab die Trennung eintreten kann.

Ein solches Bild der Schule macht allerdings auf einen Naturfreund den besten Eindruck. Die kalte Wirklichkeit aber zeigt uns Verhältnisse, die keineswegs naturgemäss zu nennen sind. Zu viele Schulstunden, überflüssige Hausaufgaben, Ueberanstrengung mit geistigen Arbeiten und Vernachlässigung der körperlichen, Vieles in Lehrmethode u. s. w. ist nicht naturgemäss, es bringt Schaden.

Noch weit grösseren aber verursacht die schlechte Schulluft, ein viel zu unterschätzter Feind unserer Gesundheit. Sehen wir uns mehr nach den Ursachen unserer Krankheiten um, so finden wir nur zu wahr die Worte Pettenkofers bestätigt, dass nämlich schlechte, verdorbene Luft eine Hauptquelle derselben ist. Und wer weniger an Autoritäten sich anlehnt und selbst denkt, dem muss dies einleuchten. Aus der Nahrung bereitet sich wohl Blut; die sauerstoffreiche Luft ist es aber erst, die es lebensfähig macht. Unterbleibt diese Reinigung, wird der ganze Organismus aus faulen Stoffen zusammengesetzt und so zu allen möglichen Krankheiten disponirt. Die schlechte Schulluft also ist so recht angethan, unser ohnehin so schwindstüchtiges Zeitalter noch mehr dem Grabe entgegenreifen zu machen. Wollen wir daher naturgemäss erziehen, muss es auch hier anders werden und eine hohe Regie-

rung würde sich gross um die Menschheit verdient machen, wenn sie auch die sanitäre Frage in den Schulen recht kräftig in die Hand nehmen möchte.

Aufgabe der Erziehung ist Bildung des Charakters. Wenn zwar dieser in der Schule nicht beendet werden kann, so müssen wir doch die Grundfesten legen und den Ausbau dem reifenden Menschen selbst überlassen. Man mache daher das Kind schon in der frühesten Zeit fähig zum Handeln und überlade nicht seine Kraft, wodurch die Lust ersticke. Nur auf schmalen Pfaden führe man es weiter und vermeide die breiten Strassen bunter Vielwisserei; denn dadurch überladen wir nur, wir zerstreuen. Vergessen wir nie, nur „in der Beschränkung zeigt sich der Meister.“ Stellen wir überhaupt allen Unterricht in Dienst der Erziehung, denn diese ist viel wichtiger, als die gewöhnliche Abrichterei. Alles ist ja der Mensch durch die Erziehung und Plato und Aristoteles haben Recht, wenn sie sagen: Die Erziehung macht den Menschen im Vereine mit einer guten Natur zum zahmsten unter allen Thieren, aber auch zum wildesten Wesen, das auf Erden geht. Alle Erziehung ist Gewöhnung, daher eine Lebensweise. Somit erziehen wir auch nicht mit Worten, sondern durch ein Vorleben, durch unser Beispiel. Der Nachahmungstrieb ist im Kinde am vollkommensten ausgeprägt; wozu man also das Kindlein erziehen will, das muss man vor allem erst selbst sein. Des Lehrers Bild ist ja des Kindes Ideal, es wird ihm die Form, nach dem das weiche Wesen sich bildet. Wollen wir also naturgemäss erziehen, müssen wir weniger moralisieren, sondern mehr unser Thun und Lassen sprechen lassen.

Charaktere braucht unsere Zeit, die weniger schwätzen um so mehr aber handeln. Thatkraft zu wecken und zu

üben, muss also eine weitere Aufgabe einer naturgemässen Erziehung sein. Um aber diese unserer Jugend als Begleiter in die Welt mitgeben zu können, muss besonders die körperliche Erziehung naturgemäss gepflegt werden denn nur im gesunden Leibe waltet ja der kräftige Geist. Wo Siechthum durch die Adern kriecht und Schwäche an den Gliedern nagt, ist kein Boden, aus dem Energie steigt. So lange die Menschheit körperlich kränkelt und Leiden aller Art an sich herumträgt, so lange eine Hypercultur an dem Marke der Völker zehrt und sie geistig blind und taub für die Stimme der Natur und Vernunft macht, so lange hat ein pfäffischer Jesuitismus, haben despotisch gesinnte Regierungen ein leichtes Spiel. Unser Volk im heutigen Bestande ist unfähig, diese die Menschenwürde schändenden Fesseln abzuwerfen, denn nur gross ist es an Wort, ein Kind aber in der That. Muth- und gedankenloser Indifferentismus beherrscht die Massen und ihrer Dummheit kommt nichts gleich, als deren Rohheit und Stumpsinn.

Stählen wir mit der Erziehung zur Thatkraft besonders auch die moralische, denn zügelt diese die thierischen Triebe nicht, so entsteht Sittenverderbniss, erwärmt und begeistert sie nicht die Intelligenz, so fehlen die Elemente höherer Productivität. Und gerade an dieser fehlt es der Gegenwart, da die Intelligenz bereits einen solchen Höhepunkt erreicht hat, der sie in ihrer ganzen Hohlheit darstellt. Daher ohne naturgemässe körperliche Erziehung gleicht die geistige einem Holzwurme, der das Gefäss von innen heraus zernagt. Mit Recht legt schon Rousseau auf die körperliche Ausbildung das Hauptgewicht, denn was hilft es auch einem Instrumente Töne zu entlocken, dem die Resonanz fehlt. Lernen wir übrigens von der Erziehungsweise der

Spartaner. Diese erzogen ein Volk, das die Welt bezwang und die Welt sich bildete. Neben Ruhe und Ernst, des strengen Gehorsams und der Pflege der Bescheidenheit stand Abhärtung, Selbstbeherrschung und Entschlossenheit oben an. Als Kinder der freien Natur war ihr Lieblingsaufenthalt der offene Gottestempel und bei einfacher naturgemässer Nährweise, die ausgeprägten vegetabilischen Charakter an sich trug, wurden sie ein Heldenvolk, an das noch heute die Unsterblichen von Thermopylä erinnern. Ziehen wir aus diesen Beobachtungen die Consequenzen und wir haben, was uns zum grossen Theil bei unserer Erziehung fehlt.

Soll die Erziehung eine naturgemässe sein, so muss sie schon im kleinsten Kinde die erhabene Menschenwürde, das Bild der Gottheit selbst erblicken und so dem Kinde schon jene sittliche Achtung zollen, unter der nur ein freier Mensch gedeihen kann. Und diesen Vorzug hat die englische Erziehung vor der deutschen. Soll also Selbstbewusstsein und Selbstachtung seiner Menschenwürde wach werden, muss vor allem das Kind schon als ein zu achtender Mensch behandelt werden. Daher fort mit den rohen Ausfällen weder in Wort noch That gegen die unmündigen Hilflosen, fort mit den gemeinen körperlichen Züchtigungen, die nur zu häufig ein fatales Zeugnis der moralischen Schwäche dem Lehrer ausstellen; fort auch mit den allzu beflissenen Schulmeistern. Wie soll das Kind sich selbst achtend werden, wenn es sich beständig wie ein Slave behandelt sieht, wie selbstständig werden, wenn es fortwährend gegängelt wird! Fort selbst mit den Belohnungen. Dem Kinde muss nicht alles abgekauft werden, sondern die Liebe zu Eltern und Lehrer sei es, die es handeln heisst. Nur dadurch, dass wir den thierischen Trieben keine

Nahrung geben, erziehen wir nur wahre Menschen und dies ist **eben die Aufgabe einer naturgemässen Erziehung.** Aus diesem geht hervor, dass ich der Liebe zur Kinderwelt das Wort rede und ich erkläre ausdrücklich, dass auf der Liebe allein alle Erziehungskunst beruht. Ein liebendes Herz entfaltet sich nur im Sonnenstrahle der Liebe. Diese aber keimt wieder nur dort auf, wo das Unkraut der Leidenschaften nicht wuchert, also nur im sanften, milden Herzen. Und dieses müssen wir Erzieher unseren Kleinen zu erhalten und zu nähren suchen. Dieses geschieht aber nur dadurch, dass wir besonders ihren Zerstörungstrieb steuern, die uns umgebende Welt als eine gute erscheinen lassen und wir selbst nur in Liebe mit ihnen verkehren.

Unsere Liebe können wir besonders an Schwächeren und bei den unter den Menschen stehenden Thieren beweisen; und dass wir dies sollen spricht schon ein alter Grieche, Triptolem, so aus: „Ihr sollt Gott über alles lieben, nach Gott aber die Menschen und nach den Menschen auch die Thiere!! Nichts verhärtet ein fühlendes Herz mehr, als Grausamkeit mit der Thierwelt. So lange das Thier nicht als ein für Schmerz und Freude empfängliches Wesen betrachtet und ihm nicht ein Recht auf Leben zuerkannt wird, so lange der Mensch sich von dessen Fleische nährt, ist es eine pure Illusion, von unseren Kindern die Sanftmuth und Milde, die Liebe zur Welt und den Geschöpfen zu erwarten, die uns ein friedliebendes Volk in der Zukunft sichert. Hören wir, was uns darüber Rousseau in seinem Naturevangelium dem Emil sagt: „Alle wilden Völker sind grausam und diese Grausamkeit rührt von ihrer Nährweise her. Sie gehen in den Krieg wie auf die Jagd und behandeln die Menschen wie Bären.“ „Thatsache ist, dass die starken Fleischesser im Allge-

meinen grausamer und wilder sind, als andere; diese Beobachtung wurde überall und zu allen Zeiten gemacht. Englische Barbarei ist bekannt. Die Gau- ren Indiens hingegen sind bei ihrer reinen unverdorbenen Pflanzenkost die sanftesten Menschen.“ Homer schildert uns die Cyklopen als Fleischesser und schreckliche Menschen, dahingegen die Cotophagen als ein so liebenswürdiges Volk, dass, wer einmal mit ihnen verkehrt hatte, es vorzog, seine Heimath zu verlassen und unter ihnen zu leben. Und Jean Paul sagt uns in seiner *Levana*: „Der Thiermord ist die Quelle, aus der die Gleichgiltigkeit gegen die Lust am Menschenmorde fliesst. Thiermord verhärtet das Menschenherz, es macht fliehen aus ihm alle zarten Regungen. Und weiter heisst es: „das Kind lerne alles thierische Leben heilig halten — kurz man gebe ihm das Herz eines Hindu, statt des Herzens eines kartesischen Philosophen. Längst hat man bemerkt, dass Kindergrausamkeit gegen Thiere, Grausamkeit später gegen Menschen weissage und die stoische Schule sprach sogar aus: „Wer einen Hahn ohne Anlass tödtet, sei auch fähig, seinen Vater umzubringen.“ Lesen wir Fenelons *Telemach*, so finden wir dieselben Ansichten und so in allen Schriften klassischer Art, die sich mit Erziehung befassen. Ich lasse hier absichtlich Autoritäten sprechen, um unseren autoritätsüchtigen Jahrhundert Rechnung zu tragen; ich für meine Person verzichte auf sie.

Man sagt den Kindern wohl, sie sollen nicht grausam sein weder gegen Thiere noch schwächere Menschen und möchte ihnen damit ein sanftes Gemüth, ein fühlendes Herz bewahren, das friedlich und in Liebe mit anderen verkehrt. Doch wie verhält sich das practische Leben zu unserem nutzlosen Moralisiren? Hier schlachtet man vor ihren Augen sanfte Täublein, dort rupft man harmlose Hühnchen. Vor dem nächsten Fleischerladen sind ekelhaft, ganze

Thierleichen aufgehängt mit abgehaue- nen Füßen, gehäuteten Köpfen, aufgeschnittenen Leibern. Ich will gar nicht sprechen von der rohen Behandlung der zur Schlachtbank verurtheilten Opfer, der Misshandlung von Zug- und Lastthieren!

Doch wovon soll man sich nähren, hör' ich fragen? Die Antwort geben uns die Consequenzen aus dem schon Gesagten. Unsere modernen Bauch- und Gaumen-Physiologen sammt dem grossen Trupp Moleschottianer glauben allerdings mit ihrer raffinirten Diätlehre den Stein der Weisen gefunden zu haben. Wie falsch aber dieser Wahn ist, drückt ein Virchow klar genug in folgenden Worten aus: „Eine streng wissenschaftliche Diätetik ist bis jetzt unmöglich.“ Und zum bessern Verständnisse aller giebt zu diesem Ausspruche der Mediciner Dr. Nagel im kernigen Deutsch die ebenso beissende als wahre Glosse folgender Weise: „Der Ochse und der Esel sind weit klüger als wir Gelehrte, denn sie wissen, dass ihnen Gras und Disteln zuträglich sind; aber wir wissen bis heute noch nicht, welche Nahrung wir naturgemäss geniessen sollten.“ Eine Menge Aussprüche gewichtiger Autoritäten könnte ich ihnen noch liefern, die sich alle gegen die hergebrachte, mit wissenschaftlichem Firniss übertünchte Diätlehre erklären; doch ich will, um nicht miss- oder gar nicht verstanden zu werden, nicht weitere Worte verschwenden. Aber diese Behauptung stelle ich noch auf, dass durch eine naturgemässe Diät die schwierigste aller pädagogischen Fragen gelöst wird, nämlich diese: „Wie ist den moralischen Verirrungen unserer Jugend am erfolgreichsten zu begegnen?“ Ich sage dadurch, dass wir ihre Quellen versiegen machen, die vorzüglich in unserer reizvollen Nährweise ihren Ursprung haben.

Wollen wir also ein Volk im Geiste der wahren Humanität erziehen, das

nicht gedankenlos in Bier- und Schnapsbegeisterung herdenweise dem Tode in die Arme sich stürzt und wüthend gleich der wilden Bestie um sich her rast, das nicht in albernen Formen sein Heil sucht und nicht durch mamelukische Krämerei seine Missethaten verschachern zu können glaubt; kurz wollen wir ein freies Volk erziehen, so müssen wir das Uebel an der Wurzel fassen und nicht bloß an den losen Blättern herumtappen; eine sociale Reform muss vom Grund auf geschehen. Die Körper- und Geistesnahrung muss eine andere werden, als die bisherige, welche nur die Leidenschaften nährte. Vor Allem müssen die Lesebücher, die Grundlage der Schulbildung, eine andere Färbung bekommen. Die blutrothen Blätter, die uns mit grässlichen Menschenschlächtereien zu unterhalten suchen, müssen vertilgt, Kriegslieder verhallen, historische Raufbolde vergessen werden, und statt dieser anmuthige, herz- und gemütherhebende Naturschilderungen geboten werden, wo unter den Segnungen des Friedens die Völker in Liebe und Einfachheit sich der schönen Erde, des heitern Himmels erfreuen und dieses grosse Haus Gottes nicht als ein Jammerthal, sondern als ein Paradies im weiten Weltenraume erkennen. Zu solchen Anschauungen verhelfen wir unserer Jugend und ich bin überzeugt, die Menschenaufgabe hier, der Lebenszweck des Erdenkin- des wird dann besser verstanden.

Den Materialismus wollen wir aus unseren Schullesebüchern entfernen und unsere Jugend auf die Sonnenhöhen einer idealen Weltanschauung stellen, denn nur die Ideale nähren die Schwungkraft des jugendlichen Geistes und diese sind das wahre Element, in der jugendliche Begeisterung und Thatkraft gedeihen. Nur die Ideale schaffen freie Völker- und von jeher waren die freiesten Völker auch immer die idealsten. Sobald sie aufhörten für die Idee des Schönen und Guten Sinn zu haben, so-

bald sie durch Genusssucht käuflich wurden und in Materialismus erstarrten, fingen sie an unterzugehen. Dies sehen wir an den Griechen und Römern, dies Bild spielt sich vor unsern Augen im Westen ab und dies Loos wird dem deutschen Volke ebenso werden, wenn die sociale Frage in Familie und Staat nicht eine bessere Wendung nimmt und entnervende Genusssucht nicht bald aus Hütten und Palästen, aus Stadt und Land verbannt wird. Es ist zwar eine traurige, aber wahre Erscheinung, gerade auf dem Lande hat verarmender Luxus, verweichlichende Genusssucht schon gewaltig eingerissen. Und dies ist um so gefährlicher für den Gesamtstaat. Bis jetzt rekrutirten sich die Städte noch immer vom Lande her; woher sollen aber die gesunden Naturen kommen, wenn einmal ein ganzes Volk vom fauligen Pesthauch durchdrungen ist? Abermals muss ich Shakespeare Recht geben, wenn er sagt: „Fleisch umnachtet das Gehirn“ und ich füge noch hinzu: Alkohol umnebelt die Vernunft, macht taub gegen die warnende Stimme der Natur, blind für die Folgen seines Genusses. Der heutige Mensch erscheint mir überhaupt als nichts anderes mehr, als eine zweibeinige Consummaschine; was er nicht durch Bauch und Kehle jagt, das bläst er als Rauch zum Munde hinaus. Das ist eben der Fluch der bösen That, dass sie fortzeugend Böses muss gebären; wer einmal vom Wege der Natur gewichen, geräth immer tiefer ins Verderben, und je mehr die thierischen Triebe Befriedigung finden, desto mehr entfernt sich das aufrechtgehende Menschenthier von der erhabenen Menschenwürde. Darum rufe ich abermals Eltern und Lehrern zu: „Erziehet naturgemäss!“

Zum Schlusse kann ich nicht unterlassen, doch auch die Hauptfrage, die religiöse Erziehung unserer Jugend zu berühren. Kann man hier auch wohl von einer naturgemässen Erziehung

sprechen? O ja! Für die Charakterbildung unserer Zöglinge stelle ich beim religiösen Unterrichte den Grundsatz auf: „Man lehre nichts, was das Kind später bezweifeln kann, und fordere nichts, was man aus Vernunftgründen nicht selbst vermag.“ Man muss ja nicht auf alle Fragen des Kindes Antwort geben und die man giebt, müssen zum mindesten nicht unwahr oder zweifelhaft sein. Dies heisst nicht erziehen, den Menschen bei seiner Unmündigkeit fassen und ihn an Dinge gewöhnen, die er gross gewachsen belächelt; ihm etwas Glauben machen, was er mit den Jahren als eine blendende Spiegelfechterei erkennt; ihm etwas als Gottes Wort lehren, das doch in jedem Gedanken menschliche Leidenschaften durchblicken lässt. Ein gut erzogenes Kind setzt einen guten Erzieher voraus und so lässt ein sittlich, moralisch verkommenes Volk den Schluss ziehen, dass seine Erziehung eine schlechte war. Die practischen Erfolge sind eben die sprechendsten Kennzeichen vom Werthe einer Erziehung und diese Erfolge bei unserm Volke zeigen uns nur zu deutlich, dass die bisherige religiöse Erziehung nicht das leistete, was man von einer naturgemässen Religionserziehung verlangen muss. Zweck der Religion ist immer Vervollkommnung der Menschheit, wenigstens der Vollkommenheit immer näher zu führen. Die Religion ist also der Menschheit wegen da, nicht im verkehrten Verhältnisse. Mit der Geburt erhält der Mensch als Mitgift eine grossartige Aussteuer, es ist die Vernunft, ich möchte sagen: einen höheren, geistigen Instinkt, der treue Leitstern durch das Leben. Diese wird ihm stets den Kommentar zu seiner Religion abgeben und wehe, wenn man sich gegen diese Verstösse zu machen erlaubt. Ein heilloser Indifferentismus wird die erste Folge sein, der die höchsten Ideale in den Staub wirft. Geschichte und Ge-

genwart bezeugen uns das. Und wenn zwar so manches dem Gläubigen geboten wird, das er scheinbar wider seine Vernunft als baare Münze anfänglich annimmt; die Zeit der Besinnung tritt ein und damit zugleich die strafende Nemesis für einen solchen Frevel gegen diesen hehren Himmelsfunken. Das Rad der Zeit lässt nicht in seine Speichen greifen und die es wollen, werden zermalmt; was nicht vorwärts will, wird zertreten. Was speculative Menschenhände bauten, stürzen Menschen wieder und aus dem Schutte des Alten ersteht ein neues Haus, geweiht dem Gotte von Ewigkeit. Sind wir wackere Förderer dieses Neubaus und werden wir nicht müde, Steine zu tragen, Mörtel zu fügen zum grossen Tempelbau der Humanität, aus dem da ausgeht das Reich Gottes auf Erden, aus dem nur eine wahrhaft naturgemässe Religion unserm Volke gepredigt werden kann.

Wir aber, werthe Collegen, wollen unser Vertrauen in den Geist der neuen Pädagogik setzen und wir können dann beruhigt in die Zukunft steuern, denn das Wohl der Völker, was auch wir wollen, liegt einzig in einer gelungenen Erziehungs- und Schulreform. Leiten wir nur unsere Jugend so, dass sie Liebe zur Natur und zur Tugend hat, und wir haben unsere Mission erfüllt, wir haben naturgemäss erzogen.

Wem diese ausgesprochenen Ideen zu hoch stehen, dem antworte ich mit Feuchtersleben: „Der Mensch muss das Höchste glauben, um Hohes zu erringen, — ja um es nur zu versuchen!“

Dass mir zu meinen entwickelten Ansichten nicht alle beistimmen sehe ich ein; dies aber thut nichts. Mich trösten eben Schillers Worte, wenn er sagt: „Vielen gefallen ist schlimm, mach es nur wenigen recht!“

Napoleon I. und die Medicin.

Wie grosse Geister über die Medicin dachten und redeten, finden wir an zahlreichen Stellen bei unserem Göthe.

Noch viel deutlicher hat sich Napoleon während seiner Todes-Krankheit auf der Insel Helena ausgesprochen. Es finden sich diese Aussprüche in den Memoiren Antommarchi's, des Leibarztes des grossen Kaisers in den letzten Jahren seiner Verbannung. Vor allem hatte Napoleon als Arzt keinen Pathologen verlangt, sondern nur einen Chirurgen und so hatte man ihm den Prosector an der Universität Livorno, Antommarchi, geschickt. Antommarchi war aber nebenbei Mediciner von Fach und suchte den hohen Patienten öfters von der Heilkraft der Arzneien zu überzeugen und ihm solche aufzudrängen. Der Kaiser widerstand bis in die allerletzten Tage seines Lebens, wo er bisweilen Präparate Antommarchi's sich aufnöthigen liess. Interessant nun sind die Worte, mit denen er den drängenden Allopathen abwies und dessen Lobsprüche auf die Medicin abfertigte.

Gleich in den ersten Tagen nach Antommarchi's Ankunft, am 25. October 1819, sagte ihm der Kaiser bei einem Morgenbesuch:

„Die Medicin ist eine Sammlung blinder Vorschriften, welche den Armen tödten, dem Reichen bisweilen glücken und deren Gesamtergebnis der Menschheit mehr unheilbringend als nützlich ist. Sprechen Sie (Antommarchi) mir nicht mehr davon, ich bin kein Mensch für Eure „Tränke.“

Dass die Medicin den Armen, bei dessen durch schlechte Ernährung geschwächter Körperkraft eher tödte als den Reichen, bezeichnet der Kaiser hier ganz richtig. Das Medicingift überwältigt den von Natur schwächeren Körper viel eher!

Ein andermal sagte der Kaiser seinem Arzte:

„Ich will nicht zwei Krankheiten haben, die der Natur und die der Medicin. Behalten Sie Ihre Mittel, ich will nicht ein doppeltes Leiden, dasjenige, das mich schon quält, und das, welches Sie mir einpflanzen werden!“

„Ich betrachte die Medicinen als unsicher und gefährlich; ich will es lieber auf die Natur ankommen lassen.“

Ueberhaupt will das Leben von selbst schon leben und hat keine künstliche Hülfe nöthig. Ich bin überzeugt, dass die einfachste Medicin Störungen in meinem Magen verursachen würde.“

Eines Tages sprach Antommarchi dem Kaiser von einer Consultation mit einem anderen Arzte, da die Krankheit sich gesteigert hatte: „Eine Consultation? antwortete Napoleon, wozu sollte sie dienen? — Ihr würdet nur alle zwei „Blinde-Kuh“ spielen.“ Antommarchi versuchte es endlich auch mit Pillen, als er damit dem Kranken nahte, sprach dieser: „Gehen Sie zum Teufel mit Ihren Apotheker-Waaren. Hier, Marchand (des Kaisers Kammerdiener) soll sie schlucken! Ich will nichts davon; ich will lieber Waschungen und Bäder nehmen, das sind die besten und einfachsten aller Heilmittel.“ Hört Ihr's, Ihr Herren Medici! — Er badete fast täglich, aber stets zu lang und zu warm. Er blieb oft 1—1½ St. in der Badewanne.

In der Nähe seiner Wohnung war eine frische Quelle, die dem Kaiser Trank und Bäder lieferte; er liebte diese Quelle sehr und einer seiner letzten Wünsche war der, wenn man nicht zulasse, dass er in der Kathedrale von Ajaccio begraben werde, so möge man ihn an der Quelle begraben, die ihm das süsse, reine Wasser geboten habe. Sein Wunsch ward erfüllt! —

Wie schlagend hat sich der grosse Geist dieses Welteroberers nicht über Naturheilkunde und Medicinerwahn ausgesprochen?! Fünfzig Jahre sind seit dem dahingegangen und noch führen die Allopathen Fürsten und Völker im grassesten Aberglauben medicinischer Finsterniss herum! Wie lange noch, bis es Licht wird, Licht allüberall, in

dieser verderblichsten aller Finsternisse hienieden!?

Dr. Heinrich Hansjacob.

Schopenhauer über Fleischessen.

Es ist für den Freund der natürlichen Lebensweise wohlthuend, sich auch aus seiner Lectüre zu überzeugen, in welcher Uebereinstimmung seine Anschauungen stehen mit denen der anerkannt hervorragendsten Geister aller Zeiten, gerade solcher Geister, deren Blick vorurtheilsfrei und durchdringend genug war, um durch die dichten Nebel, welche eigene Gewohnheit und ererbte Meinungen um unseren Gesichtskreis häufen, hindurch das Bild reiner Menschlichkeit zu erkennen und dasjenige, worin die Menschheit wirklich Fortschritte gemacht, von der blossen Aftercultur scharf zu sondern. Manche Stelle eines vortrefflichen Buches, über die man früher hinweggeeilt war, gewinnt so bei wiederholten Lesen eine ganz eigene Bedeutsamkeit.

So finde ich in Arthur Schopenhauer's Parerga und Paralipomena, 2 Bd. im Capitel „Zur Philosophie und Wissenschaft der Natur“ S. 170 fg. folgende Stelle:

„Wie die dunkle Farbe,*) so auch ist dem Menschen die vegetabilische Nahrung die natürliche. Aber wie jener, so bleibt er auch dieser im tropischen Klima getreu. Als er sich in die kälteren Zonen verbreitete, musste er dem ihm unnatürlichen Klima durch eine ihm unnatürliche Nahrung entgegenwirken. Im eigentlichen Norden kann man ohne Fleischspeise gar nicht bestehen: man hat mir gesagt, dass schon in Kopenhagen eine sechswöchentliche Gefängnisstrafe bei Wasser und Brod,

*) Schopenhauer hat nämlich unmittelbar vorher von der Farbe des Menschen gesprochen und nachzuweisen gesucht, dass diese ursprünglich dunkel gewesen.

„wenn im strengsten Sinn und ohne Ausnahme vollzogen, als lebensgefährlich betrachtet werde. Der Mensch ist also zugleich weiss und carnivor geworden. Eben dadurch aber, wie auch durch die stärkere Bekleidung, hat er eine gewisse unreine und ekelhafte Beschaffenheit angenommen, welche andere Thiere, wenigstens in ihrem Naturzustande nicht haben und der er durch beständige, besondere Reinlichkeit entgegenarbeiten muss, um nicht widerwärtig zu sein.“

Dass Schopenhauer das allgemeine Vorurtheil, im rauhen Klima sei Fleischnahrung unumgänglich nothwendig getheilt hat, ist nicht zu verwundern. Ist doch erst durch neuerlich festgestellte oder wenigstens erst neuerlich bekannt gewordene Thatsachen das Irrige dieser Meinung nachgewiesen worden. In Bezug auf die Gefährlichkeit einer reinen Brod- und Wasserdiet mag Sch. sogar gut berichtet worden sein, wenn man nämlich unter Brod nicht unser Schrotbrod, sondern das der Kleie beraubte und darum kraftlosere Brod versteht. In der Hauptsache, nämlich in Betreff der Unnatürlichkeit der Fleischnahrung, stimmt Sch. mit uns überein und wenn der einzige Grund, aus dem auch er das Unnatürliche aufrechterhalten zu müssen glaubt, wegfällt, so genügt dies allein, um das Vermeiden des Fleischgenusses zu rechtfertigen. S. A.

Zur Salzfrage.

Ministerialrath Dr. Hamm in Wien sagt in der Einleitung zu seiner Abhandlung über „Wielitzka und Stassfurt, die beiden grössten Steinsalzwerke Europas“ (in Unsere Zeit. October-Heft 1870. S. 466): Das Salz ist einer der verbreitetsten Körper und zwar findet er sich in allen Naturreichen, im

Blut und Muskel der Thiere, im Saft der Pflanzen, im Wasser der Quellen und Meere, als Glied mächtiger Gebirgsformen; ja sogar die Luft über dem Ozean und in dessen Nähe ist mit Salztheilchen imprägnirt. Dass diese Substanz auch in der Zusammensetzung ferner Weltkörper nicht fehlt, hat neuerdings die Spectralanalyse dargelegt. Die Bedeutung des Salzes im Haushalte der Wesen entspricht seiner Verbreitung. Und doch sind hierüber noch weit mehr irrige als richtige Ansichten herrschend. Die Naturforschung nähert sich immer mehr der Ansicht, dass die massenhafte Consumtion des Kochsalzes von Seiten der Menschen mehr eine Angewöhnung, ein Luxus sei, als ein Bedürfniss, sie weist darauf hin, dass unter natürlichen Verhältnissen die Nahrungsmittel der Menschen und der Thiere überall schon die für den Körperbau und die Säurebildung im Magen erforderliche Menge des Stoffs in sich besitzen, sie zeigt auf Völker hin, welche den Genuss des Salzes gar nicht kennen, und auf die unabsehbare Zahl von Thieren, die ohne dessen Gabe gesunde, nutzbare Producte liefern. So sehr daher in der Gegenwart die ungeheure Wichtigkeit des Salzes als Consumtionsartikel Anerkennung finden muss, so sehr hat man sich zu hüten, ihm eine gleiche zuzuschreiben in Hinsicht auf die Ernährung, geschweige denn es unter die wirklichen Lebensmittel aufzunehmen, wie man nicht selten geneigt ist. Unumstösslich fest steht, dass das Bedürfniss des thierischen Körpers nach Salzzusatz zu seiner Nahrung wächst, je mehr die letztere sich von der Natur entfernt. Daher, so wie durch die ausserordentliche Verwendung zu industriellen Zwecken, steigt auch der Salzverbrauch in genauem Verhältniss zur Civilisation. Die Pflanze dagegen, welche gleichfalls des Salzes nicht entzathen

kann, findet ihren Bedarf daran überall auf jedem Standort; die Wissenschaft verwirft daher entschieden die stets wieder neu aufgewärmte alte Fabel von der Salzdüngung.“

Wenn wir Vegetarianer freilich das sagen und gar des Kochsalzes uns mehr und mehr oder völlig entwöhnen, so überschüttet man uns mit Hohn und Spott nach Art des Professor O. Funke in der Gartenlaube. E. B.

Wieder ein Schritt weiter.

Bei dem gegenwärtigen Stande der Nährfrage sind wir Vegetarianer vorzugsweise darauf angewiesen, die Argumente für die Wahrheit unserer Behauptungen aus der Erfahrung zu nehmen und es den Männern der exacten Wissenschaft zu überlassen, durch mühsame Forschungen das von uns längst Erkannte und practisch Angewandte physiologisch zu begründen.

Wegen der grossen Schwierigkeit dieser wissenschaftlichen Nachweise und bei dem mit Vorurtheil gepaarten, unverantwortlichen Leichtsinne, mit welchem von sonst sehr achtbaren Naturforschern die in Rede stehende Frage behandelt wird, fallen leider die vom Katheder herab gesprochenen Urtheile meist zu unsern Ungunsten aus und nur in Ausnahmefällen werden hie und da mit hinreichender Gewissenhaftigkeit eingehende Experimente angestellt und dann mit der nöthigen Offenheit und Wahrheitsliebe bekannt gemacht. Wiewohl also die Entdeckungen der Wissenschaft stets den von uns aufgestellten Erfahrungsthaten nachhinken werden, verfolgen wir doch mit lebhaftem Interesse die Untersuchungen der Physiologie und freuen uns über jeden neuen Beweis für die Wahrheit unserer Lehre.

Einen solchen hat neuerdings Herr Weiske beigebracht (vergleiche Zeitschrift für Biologie 1870).

Dieser hatte es unternommen, durch sehr sorgfältige Untersuchungen die Frage nach der Verdaulichkeit

der Cellulose (oder des Zellstoffs) zu lösen. Bekanntlich bildet diese den Hauptbestandtheil nicht etwa nur der Kleie unseres Schrotbrodes, wie man häufig annimmt, sondern jeder Pflanzentheil, seien es saftige Früchte oder Gemüse oder Samenkörner, ist gewissermassen durchwoben von Cellulose, indem sämtliche mikroskopisch kleine Zellchen, aus denen die Gesamtheit der Pflanzen aufgebaut ist, von einer dünnen Hülle eingeschlossen sind, welche eben nichts anderes als Zellstoff ist. Jeder Apfel, den wir geniessen, enthält auch im geschälten Zustande grosse Quantitäten dieses für unsere Eingeweide nach dem bisher feststehenden Dogma absolut unverdaulichen und nur mechanisch wirksamen Stoffes.

Dass die pflanzenfressenden Wiederkäuer mit ihrem kräftigen Verdauungsapparat den Zellstoff verarbeiten, d. h. in Blut und Fleisch überführen können, war schon früher experimentell festgestellt und ebenso der Nachweis für das Pferd und ein Thier aus der Gruppe der Nager, das Kaninchen beigebracht worden. Versuche an Fleischfressern (Hunden) hatten die Unfähigkeit derselben zur Verdauung derselben nachgewiesen, und ein gleiches nahm man stillschweigend auch vom Menschen an. Die mit grosser Genauigkeit und mit Anwendung aller erdenklichen Vorsichtsmassregeln unternommenen Versuche von Herrn Weiske an zwei Individuen haben nun in jüngster Zeit das interessante Resultat ergeben, dass auch für den Menschen die Cellulose verdaulich ist, d. h. zunächst in Lösung übergehen, dann in Zucker verwandelt und so schliesslich assimiliert werden kann. Es stellte sich heraus, dass die Hälfte bis zwei Drittel der in den pflanzlichen Nahrungsmitteln enthaltenen, eingenommenen Rohfaser in Lösung übergegangen, also verdaut waren.

Da selbstverständlich diese Experimente mit Individuen angestellt wurden,

deren an Fleischnahrung gewöhnter Magen gewiss nicht ohne einige Mühe die reizlose Pflanzenkost verarbeiten konnte, so dürfen wir wohl annehmen, dass bei einem normal verdauenden Vegetarianer noch grössere Quantitäten Zellstoff in Fleisch und Blut übergeführt werden.

Jedenfalls liefern diese dankenswerthen Untersuchungen einen neuen Beweis von Seiten der physiologischen Wissenschaft, dass der menschliche Verdauungsapparat dem der pflanzenfressenden Thiere nahe steht, und die Physiologen werden wohl endlich anerkennen müssen, dass der Mensch fähig ist, reine Pflanzenkost ohne Nachteile dauernd zu vertragen. In viel weiterer Ferne freilich steht die Anerkennung, dass er so nicht nur bestehen kann, sondern in jeder Beziehung, körperlich und geistig, besser gedeihen muss.

Dr. Th. Nauhaus.

Pest, 1. März.

Im „chemischen Ackersmann“ 1871, Heft 1, finden sich Angaben über landwirthschaftlichen Betrieb, ohne Viehhaltung; nach den Anschauungen der betreffenden Fachleute bekanntlich ein wirthschaftliches Uning. In Ihrer „Volkswirthschaft“ weisen Sie, glaube ich, auf die Möglichkeit und Wichtigkeit eines solchen Betriebes hin. Es sind dort (im Ackersmann) aufgezählt die günstigen Ergebnisse der 26jährigen Versuche von Lawes der Düngung mit künstlichen Düngemitteln und nähere Angaben gemacht über die regelmässige Bewirthschaftung eines grösseren Gutes in England von John Prout, mit vollständiger Ausschliessung von Mastvieh, ja fast von Zugvieh, da die Acker mit Dampfpflug bearbeitet werden. Die Erträge sind, seit Beginn dieser Einrichtung, 1861, stetig steigend und sehr günstige. — Noch wichtiger sind die Ergebnisse einer seit 1842 ebenso betriebenen Wirthschaft auf dem Bauerngute Wingendorf des Wirthschaftsdirec-

tor Stecher in Bräunsdorf in Sachsen, die mit geringeren Mitteln ohne Dampfpflug betrieben, bedeutend günstigere Erträge in den letzten Jahren, wie die englische Unternehmung zeigte. — Von einem zweiten Gute, Stechau bei Herzberg (Provinz Sachsen) wird ebenfalls eine 21jährige Bewirthschaftung ohne Viehhaltung gemeldet. In Deutschland werde demnächst das Rittergut Lichtenberg bei Berlin ähnlich bewirthschaftet werden und zeige sich hier, wenn auch langsam, Neigung zur Nachfolge. In England habe die Veröffentlichung grosses Aufsehen hervorgerufen.

Der Briefwechsel desselben Blattes zeigt unter Nr. 13 die folgende Bemerkung über den Urin der Pflanzenfresser. „In diesem ist keine Phosphorsäure, wie in dem der Fleischfresser, weil in dem Futter genugsam Kalk und Magnesia vorhanden ist, welche diese Säure unlöslich machen, so dass sie in den festen Excrementen zurückbleibt. Giebt man diesen Thieren aber reichlichere Gaben von höchst fein zertheiltem phosphorsaurem Kalk, so sind auch im Urin kleine Mengen von Phosphorsäure.“ — In „Das österreich. Mahlverfahren“ von Kick (Mühle 1871, Nr. 2; praktische Maschinen-Construction; polytechnische Journal u. s. w.) heisst es: Dr. Nagel sagt: „Das Kleienbrod wie es von den Anhängern des Vegetarianismus als vornehmste Nahrung und als Ersatzmittel der stickstoffhaltigen Fleischnahrung genossen wird, möchte seinen Zweck weit besser erfüllen, wenn seiner Zubereitung mehr Aufmerksamkeit geschenkt würde. Die mikroskopische Untersuchung der Defécation eines Vegetarianers zeigte mir nämlich, dass grade jene Elemente, welche die Träger der stickstoffhaltigen Bestandtheile des Getreidekornes sind, die Kleberzelle zum weitaus grösseren Theile unverändert, d. h. mit Kleber gefüllt ausgeschieden worden. Die Ursache hiervon liegt offenbar (? d. Red.) in der unzureichenden Verklei-

nerung der Kleberschicht beim Mehl process...“

C. F. S.

Nikotin in den Tabakschnupfern.

Der französische Chemiker Morin legte vor einiger Zeit der Akademie in Rouen die Resultate seiner Untersuchung der Leber und Lunge eines langjährigen Tabakschnupfers vor. In beiden Theilen fand sich das Tabakgift (Nikotin) in beträchtlicher Menge vor, und wurde dessen Vorhandensein durch Geruch, Geschmack, sowie durch chemische Reagenzien sichergestellt. (Linzer-Tagespost Nr. 47.)

Dies wird sich sicher auch beim andern Tabakconsum herausstellen, als: Rauchen, Kauen u. dergl. schmutzigen Genüssen.

Sch.

Crajova, 22. März 1871.

.... In der letzten (Nr. 27) hat mich das Referat über den Mais höchlichst interessirt. Auch meine Meinung ist es, dass in Deutschland noch lange, lange nicht genug Aufmerksamkeit diesem Getreide geschenkt wird. Es ist wahres Manna für den Unbemittelten. Hier kostet die Oka cr. 2 Pfd. Schrotmehl (also ungebeutelt) 20 bani = 13 Pf.

In jeder Haushaltung siebt man es je nach Geschmack, der eine durch feines Sieb, der andere durch grobes, der Dritte gar nicht.

Ich esse die warme Polenta (hier Mamaliga) am liebsten mit kalter Milch, süss und sauer. Die diätetischen Wirkungen kommen übrigens dem Waizenschrotbrod ganz gleich.

Br.

Kiel, den 31. März 1871.

Ein wohlschmeckendes Brod erhält man, wenn man 3 Pfd. Gerstenschrot und 2 Pfd. Mehl (Roggen) vermischt, selbiges Abends mit lauwarmem Wasser anrührt und dann bis zum nächsten Mittag stehen lässt. Geknetet und zum Brode geformt, backt es jeder Bäcker mit dem Schwarzbrod gar. Das auf

diese Weise bereitete Brod hält sich lange frisch, und hat einen angenehmen süsslichen Geschmack; es ist von grosser Wirksamkeit auf den Stuhlgang. Sauer- teig und Hefe bleiben selbstverständlich fern. F. r. Lau.

Münchendorf b. Wien, 29/3. 1871.

Da in Nr. 26 und 27 unseres Ver- einsblattes Anfragen wegen Polenta- Bezugsorte zu lesen waren, erlaubte ich mir Ihnen kleine Muster zu über- schicken. Die Preise sind per 100 Pfd. Wiener Gewicht franco Bahnhof Wien inclusive Sack:

Polenta-Mehl 7 fl.

Polenta-Gries 8 fl.

Frage 1 in Nr. 27 d. V.-Bl. ist wohl schon gelöst, da zu Polenta kein ande- rer Mais als Italienischer, sogenannter Cinquantin verwendet wird, welcher lei- der nur in Süd-Ungarn oder Italien recht gedeiht und daher rar ist. Der gewöhnliche Mais ist zu weich, und da- her nicht verwendbar.

Zur Polenta nehme ich gewöhnlich 1/3 Gries 2/3 Mehl vermischt, wie ge- wöhnlich gekocht, in Kuchenform auf eine Schüssel gestürzt, mit etwas But- ter und Semmelbrösel übergossen; oder gekocht und dann in Butter geröstet, unter Zugabe von 1—2 Eiern. Es ist dies in der That eine gute, sehr nahr- hafte Speise. Ferd. Aicher.

Bern, 13. März 1871.

Geehrter Herr! Bekanntlich ist die vegetarianische Lebensweise keine Er-

findung der Neuzeit, sondern wurde im Alterthum und von unseren Voreltern vielleicht öfters, als bekannt ist, ange- nommen. Als Beweis mag folgende Angabe dienen, die ich aus Familien- Papieren Ihnen zur Veröffentlichung im „Vereinsblatt“ mittheile.

„Den 11. Februar 1770 starb der Hochedel geborne, wys und führsich- tige Herr Junker Beat Jacob von Tscharner, seines Alters 91 Jahre.“ Es heisst ferner: „Er gelangte zu einem so hohen Alter durch ungemein grosse Diät; er vermeidete Gastereien, und seine Mahlzeiten bestanden aus Zugemüse ohne Fleisch.“ Er war Mitglied des hohen souveränen Rathes der Republik Bern, und wurde zu wich- tigen Missionen verwendet. Den Ar- men seiner Vaterstadt und denen sei- nes herrschaftlichen Gutes vermachte er bedeutende Legate, sowie auch dem hiesigen noch bestehenden Inselspital, obwohl wie es weiter ausdrücklich heisst, „seine Denkungsart über Reli- gion frei war, liess sich aber oft aus der heiligen Schrift vorlesen.“

Er starb nicht an Krankheit, son- dern binnen einigen Tagen an den Folgen eines Sturzes mit dem Pferde, wohl ein Beweis, dass er im hohen Alter noch rüstig war.

Möge er viele Nachahmer finden. Ich, sein Nachkomme, strebe eifrig darnach.

Mit ausgezeichnetster Hochachtung
C. F. v. Tscharner.

Zum Adressbuch der Vegetarianer.

Nachträgliche Bemerkungen.

Dr. Kapper ist vom Mai 1871 ab Assistenzarzt auf Gräfenberg, während Dr. Schindler daselbst wie auch in Radegund dirigirender Arzt und Besitzer der Kurorte ist.

Nur diejenigen Heilanstalten und Aerzte, deren Adressen mir recht- zeitig angezeigt, wie die Mitglieder, welche den Fragebogen eingesandt haben, konnten verzeichnet werden. Einige haben sich die Aufnahme aus verschiedenen Gründen verboten; ein altbewährter Freund desshalb, weil seiner Meinung nach

der Verein unter der Leitung von Aerzten nicht gedeihen könne. Nach- dem ich demselben aber persönlich mitgetheilt, dass Dr. Baron Professor der Geschichte sei und Dr. Nauhaus erst Theologie und dann Philologie und Na- turwissenschaften studirt habe, liess er seine Bedenken sofort fallen und nannte sich gern den Unsrigen. Ich bitte den bekannten Namen in allen Adressbüchern zu notiren:

Rentier Milberg, Hamburg, Kaffemacherei 30. Gutes Brod in Hamburg bei Carlé, Rathhausstr. Mitglieder, welche ihren Wohnsitz verändert haben, bitte mir ihre Adresse anzuzeigen.

Mögen die mir zahlreich zugehenden Zuschriften in Vorstehendem ihre gene- relle Beantwortung finden.

Unbenutzte Fragebogen bitte mir unter Kreuzband zurückzusenden.

Eine Entscheidung über Ort und Zeit des Vereins-Congresses ist noch nicht vereinbart.

Berlin, 31. März 1871.

L. May, Linienstr. 233.

Adressbuch, vegetarianisches, vom Vorstande des „deutschen Vereins für naturgemässe Lebensweise“ zusammengestellt. Gegen Einsendung von 2 Sgr. in Briefmarken zu beziehen von Herrn L. May, Berlin, Linienstrasse 233, oder vom Herausgeber dieser Blätter.

Von Dr. med. H. Oidtmann in Linnich, Reg.-Bezirk Aachen, ist (im Selbstverlag, für 6 Sgr. von dort zu beziehen) in 3 Heftchen ein ganz vorzüg- liches Schriftchen erschienen, welches wir unbedingt empfehlen. Es handelt über die Luft in gesundheitlicher Beziehung im Sinne von „Luft, Luft“ pag. 18 meiner „Natürl. Lebensw. I.“ aber in ausführender, begründender Weise. In einer geselligen Versammlung der hiesigen freien Religionsgemeinde trug Herr Belitski über diese Schrift vor und fand grosse Anerkennung. Wir gedenken auf sie zurückzukommen. Herr Oidtmann ist jetzt als Stabsarzt im Felde, Briefe können aber nach Linnich adressirt werden. E. Baltzer.

Herr Apotheker A. v. Lösecke und Herr Seminarlehrer Boesemann in Hildburghausen offeriren:

Plastische Pilznachbildungen.

Ausgabe I. (112 Pilze in 6 Kästen) Preis 16 Thlr.

„ II. (100 „ „ 6 „) „ 14 „

(ausschliesslich Emballage.)

Bezüglich der Pilze sagen die Herren in ihrem Prospectus: „Der grosse Nahrungswerth, den die essbaren Pilze darbieten, ist bis dahin nicht genügend bekannt gewesen; die neuesten Untersuchungen des Herrn Dr. O. Siegel im Laboratorium des Herrn Professor Wicke in Göttingen (Beitr. z. Kenntniss essbarer Pilze. Inaugural-Dissertation) haben indess nachgewiesen, wie hoch derselbe anzuschlagen sei. Hiernach enthalten von den am häufigsten zum Ge- nusse verwandten Pilzen beispielsweise der Edel- oder Steinpilz, das Geelchen, der Pfifferling oder Eierschwamm und der gelbe Keulenpilz oder Ziegenbart im Mittel einen Gehalt von 19% Proteinstoffen (stickstoffhaltige oder eiweiss- artige Stoffe), 2% Phosphorsäure, 3,3% Kali, 0,2% Magnesia etc.; ferner die Morchel 28,5% Proteinstoffe, 2% Phosphorsäure und 0,3% Magnesia etc.; die Trüffel endlich bei ihrem grossen Wassergehalte (70%) 9,5% Proteinstoffe, 0,87 Phosphorsäure, 1,5% Kali und 0,18% Magnesia. Ausserdem finden sich in

den meisten ziemlich beträchtliche Mengen Mannit und in allen durchschnittlich 1,25% Fett etc. etc.

Der bedeutende Gehalt an den erwähnten Körpern, namentlich den Proteinstoffen, welche der Urquell aller stickstoffhaltigen Bestandtheile des Thierkörpers sind, macht es leicht erklärlich, wie hoch der Nährwerth der Pilze zu schätzen und es wünschenswerth sei, dass dieselben, zumal sie ja so leicht zu beschaffen sind, mehr wie früher als Nahrungsmittel benutzt würden.

Die Gefahr, statt der geniessbaren Pilze schädliche zu bekommen, ist nicht zu gering anzuschlagen, da der Genuss von nur kleinen Mengen einiger giftiger, allerdings auch wieder leicht zu erkennender Pilze sehr fatale Zustände hervorzurufen im Stande ist.

Aus dem Gesagten erhellt, dass eine genauere und allgemeinere Kenntniss der Pilze unbedingt nothwendig ist, und nochmals sei es erwähnt, diese Kenntniss in anschaulichster Weise zu vermitteln, das ist der Zweck des Unternehmens.“ Es ist eine neue verbesserte Ausgabe des bekannten Büchnerschen Werkes. E. B.

Vorsicht! Von verschiedenen Seiten werde ich aufgefordert vor der Beutelschneiderei und Charlatanerie zu warnen, mit der man, wie Alles in der Welt, so auch den Vegetarianismus und dessen Freunde durch Fälschung unserer Nahrungsmittel (besonders Brod!), durch literarischen Schwindel, Heilmittel u. s. w. auszubeuten begonnen hat. Ich kann den noch Unerfahrenen nur rathen sich zunächst an ehrenhafte Männer zu adressiren, welche gern ihren Rath ertheilen werden, und wozu das Adressbuch (siehe unten) ein Mittel mehr sein wird; übrigens muss ein Vegetarianer selbst denken und es mit dem Sprüchwort halten: „Sik dich für.“ Ed. Baltzer.

Gesucht ein Mädchen, welches geneigt ist nach vegetarianischen Principien mit uns zu leben und in Gemeinschaft mit meiner Frau die vorkommenden häuslichen Arbeiten zu verrichten. Eine angenehme familiäre Stellung wird zugesichert. Antritt gleich oder nach Uebereinkunft.

Itzehoe (Holstein). Aug. Brodersen.

Briefkasten. Herrn J. O. St. in D. und Anderen: Der Ab- und Zugang von Vereinsgenossen ist Sache des Vorstandes in Berlin. — Herrn Faller, Frb. Alles in Ordnung und kommt ein Blatt zu viel, so geben sie es einem Liebhaber. — Hr. St. in Pod. Das Kochbuch ist nur eine Brücke für Carnivoren! Lassen Sie doch das Ei von Ihrem Frühstück weg, wie ich, und es wird ihnen bald weit besser behagen. Polenta ist gleichbedeutend mit „türkischen Waizen“ oder „Kukuruz“ oder „Mais“ und den Producten daraus. Die italienische ist die beste! Habe es genau erprobt! Wozu Tapioca aus fernen Zonen holen, da uns das Bessere auf den Feldern wächst? — Herrn F. in N. Die Erfahrung lehrt allerdings, dass das „vegetarianische Kochbuch für Freunde der natürlichen Lebensweise, mit einem Vorwort von Ed. Baltzer, dritte Ausgabe, 50 S. 6 Sgr.“ sich durch seinen allgemeinen Theil und seine practischen Fingerzeige sehr zur Propaganda eignet. Ich bin daher auf Ihre Anregung gern bereit, dasselbe bei portofreier Abnahme von je 10 Exemplaren zum halben Preise, also à 3 Sgr. = 1 Thlr. zu übersenden.

Ed. Baltzer.

Druckfehler. S. 431, a Z. 5 v. o. lies alkalisch statt alkoholisch.

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

Nächste Nummer erscheint zu Pfingsten.

Vereins-Blatt

für Freunde

der natürlichen Lebensweise

(Vegetarianer).

Jahrgang III.

Nr. 21—30.

N^o 29.

Nordhausen, den 20. Mai.

1871.

Motto: Brauchst du nur Alles, was du hast,
Hast du bald Alles, was du brauchst.

Tauber.

Gleizes et le régime des herbes par Joly, professeur de zoologie et d'anatomie comparée à la Faculté de Toulouse. Toulouse 1856.

Wenn etwas geeignet ist uns Vegetarianer in unserer Ueberzeugung zu bestärken, so ist es diese kleine Schrift und die Art und Weise, wie Joly darin Gleizes zu widerlegen sucht. Er be ruft sich zunächst auf seinen Collegen Flourens, der in seinem Buche „de la longévité humaine“ die Ansicht aus spricht, dass die Backenzähne jedesmal das Regime eines Thieres anzeigen. Der Löwe, der nur spitzige hat, lebt nur vom Raube, der Hund, der einige stumpfe besitzt, kann schon vegetabilische Natur hinzufügen, der Bär, dessen Backenzähne alle stumpf sind, kann ganz vegetabilisch leben. (In der kais. Menagerie zu Schönbrunn werden sie nur mit Brod und Gerstenschrot gefüttert, wie ich selbst gesehen.) Der Mensch aber sei nach seinen Magen, seinen Zähnen, seinem Gedärmen von Natur und ursprünglich allerdings Früchteesser wieder Affe.

Dies régime aber, meint er, sei das ungünstigste, weil es an jene Gegenden sich bindet, wo sich Früchte immerwährend finden und darum halten sich die Affen nur in heissen Klimaten auf. Der Mensch aber, sobald er das Feuer entdeckte und durch die Küche sowohl

thierische als pflanzliche Substanzen erweichen und essbar machen konnte, werde dadurch in die Lage versetzt, alle régimes zu vereinigen und alle lebenden Thiere zu verzehren. Demnach habe der Mensch zwei régimes, ein ursprüngliches, natürliches, instinctives, nach welchem er Früchteesser ist, und ein künstliches, ein vom Verstand eingegebenes, das ihn zum Omnivoren macht.

Dieser Ansicht schliesst sich Joly an und meint, Gewohnheit, besonders aber die Nothwendigkeit hätten den Menschen veranlasst, zu den Früchten und Vegetabilien Thierfleisch hinzuzufügen.

Ich will nun hier vor Allen constatiren, dass alle hervorragenden Naturforscher mit Ausnahme der alten Helvetier und Buffon, die Eigenschaft der Menschen als Früchteesser von Natur gar nicht in Zweifel ziehen, entgegen den Behauptungen der gewöhnlichen Aerzte, die von Hundszähnen faseln. Dieser Punkt ist also vollständig zu unseren Gunsten entschieden und der Streit kann sich in der Folge nur noch um die Frage drehen, darf ein Geschöpf und insbesondere der Mensch von der ihm von der Natur vorgeschriebenen Nahrungsweise ungestraft für seine geistige und körperliche Wohlfahrt abweichen und ist eine solche Abweichung durch die

Nothwendigkeit geboten und von günstigem Einfluss, wie viele unserer medicinischen Chemiker und Physiologen aus der Liebigschen Schule behaupten.

Joly und Flourens treten nun für den Fleischgenuss nicht sowohl aus chemischen und physiologischen Gründen ein, sondern sie meinen, nur die Noth und die Gewohnheit habe den Menschen zum Fleischessen veranlasst und sehen darin eine genügende Rechtfertigung, da der Mensch doch bestimmt sei, den ganzen Erdball zu bewohnen, was bei dem Fruchteeregime nicht möglich sei.

Nun diese Logik scheint doch etwas sonderbar. Man hat in neuerer Zeit in Zweifel gezogen, ob das Menschengeschlecht von einem Paare abstamme, doch wie man sich auch seine Entstehung denken mag, so viel ist gewiss, dass der Mensch nur da geboren wurde, wo die Bedingungen zu seinem Entstehen gegeben waren, also wo sich seine natürliche Nahrung vorfand. Wenn er nun in der Folge in solche Gegenden vordrang, wo sich Früchte gar nicht oder wegen des Winters nicht allzeit fanden, so gebe ich zu, dass er, so lange er das Eisen noch nicht kannte und keine Instrumente zum Bearbeiten des Bodens hatte, sich in diesem Uebergangsstadium genöthigt sah, Thiere zu jagen oder von den Producten der Viehzucht zu leben wie heut zu Tage wohl manche Indianerstämme. Sein Streben musste aber fortwährend darauf gerichtet bleiben, sich auch da seine natürliche Nahrung zu verschaffen, wo sie nicht vorhanden war, denn der Affe ist bloss deshalb an gewisse Himmelsstriche gebunden, weil seine Intelligenz nicht soweit reicht, Bäume zu pflanzen, während der Mensch in der That bei fortschreitender Entwicklung bald anfang Garten- und Ackerbau zu treiben, die ihm ermöglichen, überall naturgemäss zu existiren. In der That gedeihen gewisse Fruchtgattungen in sehr rauhen Klimaten und das Getreide begleitet den Menschen bis in den höch-

sten Norden. Wenn also Joly sagt, die Noth sei Entschuldigung für den Menschen, dass er Thiere tödtet und verzehrt, so ist das dermalen wenigstens nur für einen kleinen Bruchtheil der Menschheit etwa in den Polargegenden oder in den weiten Prairien und Urwäldern Amerika's, Afrika's oder in belagerten Städten richtig, sonst bleibt es wenigstens in Europa viel leichter sich vegetabilische Nahrung zu verschaffen als Fleisch. Leider sehen wir aber, dass gerade die wohlhabenden Klassen mit grossen Opfern nach Fleischkost streben, (England führt tausende von Ochsen von fernen Gegenden herbei) und zwar auch in südlichen Ländern, in Frankreich, Spanien, Italien, die Engländer selbst in Indien, wo überall das köstlichste Obst billig zu haben ist; von einer Nothwendigkeit kann also für die grosse Mehrheit wenigstens der Culturvölker gar keine Rede sein. Joly will den Fleischgenuss aber auch durch die Gewohnheit entschuldigen. Nun damit lässt sich auch das so verderbliche Branntweintrinken, der Tabak, das Betelkauen, das Opiumrauchen, Arsenikessen, kurz alle menschlichen Laster vertheidigen, wenn sie einmal eine gewisse Ausdehnung gewonnen und diejenigen, die als Warner auftreten, haben dann Unrecht und sind thörichte Schwärmer. Pfui über solche Gelehrte, die nicht den Muth finden, verderbliche Gewohnheiten als das zu bezeichnen, was sie wirklich sind, sondern im Gegentheil ihnen noch das Wort zu reden.

Es ist uns auch der Einwurf gemacht worden, dass, wenn der Mensch auch ursprünglich Früchteesser war, er doch nach der Darwinschen Theorie seitdem grosse Veränderung erlitten und seit vielen Jahrhunderten rücksichtlich seiner Nahrung an den Küchenprocess gewöhnt sei, daher diese Lebensweise als derzeit seiner Natur angemessen betrachtet werden müsse.

Dagegen möchte ich jedoch einwen-

den, dass die grosse Veränderung, die die Richtigkeit dieser Theorie vorausgesetzt, ohne Zweifel mit dem Menschen vorgegangen, doch seinen Charakter als Früchteesser nicht geändert, im Gegentheil eher verschärft hat, denn die sehr vorstehende Schnautze des Affen, sowie sein grosses mit stark markirten Augenzähnen bewaffnetes Maul ist dem Rachen eines Raubthieres noch weit ähnlicher, als die veredelten Züge des Menschen, dessen kleiner mit sehr kleinen Zähnen besetzter Mund, der ganz zurücktritt, nicht den mindesten Vergleich mit einem Raubthier aushält; auch das fein ausgebildete Mitgefühl — dass man Menschlichkeit nennt — ist bei den Affen wahrscheinlich noch gar nicht vorhanden. Man könnte wohl noch einwenden, dass die Zuneigung des Menschen sich nur auf gewisse Thiergattungen beschränkt, auf Pferde, Hunde etc., dass aber Niemand besondere Zärtlichkeit für den Stier, das Schwein, das Schaf empfinde, die vorzugsweise zur Nahrung dienen. Das ist wohl richtig, aber immer bleibt das innerliche Widerstreben sie zu tödten und zu schinden. Ueberhaupt scheint mir das moralische Element das entscheidendste gegen das Fleischessen, und wenn es auch wahr ist, dass das Gefühl abgestumpft werden kann, wie es bei den Metzgern der Fall ist, und der Mensch grosser Grausamkeiten fähig ist, so hätte doch gewiss die Natur nicht diesen Abscheu vor Mord und Blut, dieses tiefe Mitgefühl, diese Gewissensbisse in unsere Brust gelegt, wenn diese Empfindungen uns nicht eine beständige Warnung sein sollten, uns auf den rechten Weg zu erhalten und, wenn wir irre gegangen, uns zurückzuführen.

Dass aber ein Geschöpf ungestraft sein Regime wechseln dürfe, scheint kaum annehmbar. Eine Sumpfpflanze wird im mageren Boden entweder eingehen, oder nur kümmerlich vegetiren und umgekehrt und wenn Joly erzählt, man habe Adler mit Brod, Tauben und

Pferde mit Fleisch gefüttert, so scheint man dabei doch keine näheren Beobachtungen gemacht zu haben, in der Länge der Ferne würde man gewiss Nachtheile bemerkt haben.

Was nun insbesondere die Fleischnahrung beim Menschen anbelangt, so kann die Schädlichkeit derselben kaum abgestritten werden. Wäre das Fleisch wirklich seiner chemischen Zusammensetzung und leichten Verdaulichkeit nach das vorzüglichste Nahrungsmittel, wie viele Aerzte und Physiologen behaupten, so wäre nicht abzusehen, warum man nicht ausschliesslich davon leben könnte. Wie kommt es nun, dass selbst bei nur vorherrschendem Fleischgenuss, wie bei der Bantingkur, sich meist grosser Ekel einstellt und so arge Leiden wie Nierenkrankheit, Auszehrung, Magenkrampf, Furunkel etc. beobachtet wurden? Ist das nicht ein schlagender Beweis, dass die Chemie und Physiologie bei der Wahl der Speisen sehr unzuverlässige Führer sind. Wissen wir doch, dass Stärkemehl, Zucker und Alcohol ganz dieselbe chemische Zusammensetzung haben und doch so verschiedene Körper sind, letzteres ein heftiges Gift, erstere ganz unschädlich, ein Räthsel, dass die Chemie bisher noch nicht gelöst. Demnach haben die chemischen Analysen der Nahrungsmittel einen sehr bedingten Werth. Dazu kommt, dass durch Experimente die giftigen Wirkungen der sogenannten Extractivstoffe oder wie Andere wollen gewisse Kalisalze in der Fleischbrühe constatirt wurden, die, wie es scheint, besonders die Herzthätigkeit nachtheilig beeinflusst. Sollten nicht die vielen Herzkrankheiten dadurch ihre Erklärung finden? Gewiss ist, dass der allgemeine Gesundheitszustand der Menschen im Vergleich zu den Thieren, die ihrer Natur mehr treu bleiben, ein sehr übler ist, da sich kaum ein normal Gesunder unter Tausenden findet und die Hälfte aller Geborenen vielleicht schon vor dem 30. Jahre stirbt, chronische Leiden aber

allgemein verbreitet sind, die sich bei Thieren höchst selten finden. A. Z.

Was und wieviel?

Das „Was und wieviel soll man essen?“ macht, wie ich sehe, manchen Anfänger im Vegetarianismus noch immer Sorge, und zumal Kranke greifen dann gar in der Art, wie wir S. 353 ff. gewarnt haben, in verhängnissvoller Weise fehl. Insbesondere ist ein dem höhern Beamtenstande angehörender vegetarianischer Freund eifrig bemüht, beide Fragen einer klaren Beantwortung entgegen zu führen, als bisher der Fall sei. Was die erste Frage betrifft, schreibt er mir: „Ihre Besorgniss, dass wir in das Recepteschreiben und in die Speisegesetze verfallen könnten, liegt mir sehr fern, wenn festgehalten wird, was ich zunächst angeregt wissen will: eine Uebersicht und Verständigung für den Anfänger über das, was vegetarisch gut zu essen und nicht zu viel ist. Ich betone dabei ausdrücklich, dass wir unseren Zuzug vielfach aus den kranken und unter diesen wieder aus den dauernd kranken erhalten. Wenn diese, wie ich es aus Schriften und Erfahrung durchgemacht habe, in grobe Irrthümer und Missgriffe, mangels gehöriger Verständigung, verfallen müssen, so leidet unsere Sache (der gewöhnlich nicht freien Wahl) schon von vornherein Schiffbruch. Das ist natürlich und darum halte ich meine Fragen für wichtig und dringlich. Sie sind damit auch ganz einverstanden; nur glaube ich, wollen Sie zu viel Gewicht auf Anpassung auf die einzelne Person (Individualismus) legen. Es muss unter unseren vegetarianischen Speisen eine nicht geringe Anzahl geben, die unter allen Umständen und für alle Personen gesund und deshalb empfehlenswerth sind. Solche wären also anzugeben. Ferner muss es andere geben, die schon eine kräftigere Verdauung erfordern und zu denen deshalb nicht Jedermann zuzureden ist. Endlich noch andere

u. s. w. Hierbei mögen solche Bücher, die über Nahrungsmittel handeln, hauptsächlich zu Rathe gezogen werden. Auch Erfahrungen können dabei wesentlich mitsprechen.

In ähnlicher Weise würde dann bei der zweiten Frage vorzugehen sein.

Die Fernsicht wäre dann Ausbildung einer vegetarianischen Nahrungsmittellehre, welche freilich unsern vegetarischen Aerzten zufallen wird. Hahn giebt in dieser Beziehung einige Grundzüge in seiner „naturgemässen Heilweise.“ Seinen Tisch aber kann sich der vegetarische Anfänger danach nicht einrichten und eben daher mein in Rede stehendes „Dringendes und Tiefgefühltes.“ Hahn, würde übrigens, glaube ich, der rechte Mann zu einer wissenschaftlichen Ausführung sein. Inzwischen behelfen wir uns mit den Lehren aus der täglichen Erfahrung.

Mein Tischzettel, den Sie wünschen, ist wie folgt eingerichtet:

Ausgeschlossen sind alle Suppen; ich halte sie für überflüssig und sie verführen zu leicht zu allzu heissem Essen, was dem Magen nichts taugt. Ausserdem füllen sie und geben deshalb Anlass zu Irrthümern in der Menge der nachher zu geniessenden Speise.

Gespeist werden: 1. Reis. 2. Graupen. 3. Hirse. 4. Grütze von Buchweizen, Hafer oder Gerste. 5. Kartoffeln und 6. die Hülsenfrüchte: Bohnen, Erbsen und Linsen.

Hier wird sich, denke ich, sagen lassen, dass jeder Vegetarianer — krank oder gesund — die Nummern 1, 2, 3, 4 und 5 essen kann. Dadurch hat er den Mittagstisch einer ganzen Woche und darüber besetzt und wird daher auch über Mangel an Abwechslung nicht klagen können. Er braucht also die schweren Hülsenfrüchte gar nicht heranziehen, von denen Hahn nicht ganz mit Recht sagt, dass bei öfterem Genusse der Instinkt einen Widerwillen dagegen kund giebt.

Zu allen genannten Gerichten nehme

ich, mit Ausnahme der Grütze und der Bohnen, einige abgeschälte, gewöhnlich aber Pellkartoffeln zu Hilfe und einiges Brod. Dies bietet für die blähenden Hülsenfrüchte den Vortheil, dass nicht so viel davon gegessen zu werden braucht und macht Reis und Kartoffeln nahrhafter und schmackhafter. Ich habe dabei mein mittelweisses, wenig gesäuertes Roggenbrod im Sinne; dasselbe wird aber auch für Grahambrod gelten.

Angemacht werden alle Nummern mit nur wenig Butter und das Salz ganz weggelassen, weil die Butter genug davon abgiebt. Man behauptet, dass durchaus Butter sein müsste; ich halte sie aber für entbehrlich; wenigstens habe ich im Versuche die Erbsen und Kartoffeln, sowie Grütze, ohne sie ebenso schmackhaft gefunden wie mit ihr. Die Ansicht von der Entbehrlichkeit der Butter scheint mir aus Hahn zu folgen.

Ferner meint man zuweilen, zu Reis, Graupen, Kartoffeln und Bohnen einige Petersilie thun zu müssen, die ich zum guten Geschmack nicht für erforderlich erachte. Das Anmachen mit Milch geschieht bei Reis- und Kartoffeln, letztere dann Reib- oder Quetschkartoffeln — nur selten; bei der Hirse gar nicht. Zum Milchreis esse ich Brod und gekochtes Backobst.

Nun bleiben noch Rüben, Kohlrüben und Kohl. Gegen Kohl habe ich, obgleich ich ihn früher sehr gerne und in Mengen ass, seit dem ich Vegetarianer, eine immer grössere Abneigung bekommen, besonders wegen des scharfen Geruches, der mir höchst widerlich geworden ist, und wegen des andauernden Aufstossens. Aehnlich ergeht es den Meinen. Ganz unerträglich ist Wirsing- und Rosenkohl und daher verbannt. Sauerkohl und Schmorkohl bekommen uns nicht gut; es lässt sich stets eine etwas brennende Empfindung im Magen bemerken. Am meisten sagt mir Grünkohl zu und wird mit Kar-

toffeln und Brod verspeist. — Von Rüben werden die Moorrüben und Kohlrüben mit Stückkartoffeln zusammengekocht und schmackhaft befunden. Teltower oder überhaupt kleine Rüben esse ich nicht als alleiniges Gericht, sondern in geringerer Menge zu Stückkartoffeln; letztere bekommen dadurch einen kräftigeren Geschmack und zugleich wird die nicht angenehme Schärfe der Rüben gemildert.

Ein besonderes Gericht sind noch Kartoffelklösse nach Vorschrift Ihres Kochbuchs mit Backobst.

Letzteres passt auch zu Schwaden (auch Mannagrütze genannt) mit Milch gekocht; manche finden dies nicht ausschliesslich vegetarische Gericht etwas zu weichlich.

An Mehlspeisen kommen auf den Tisch als Sonntagsnebengericht eine warme Speise von Reisgries, Mannagries oder Reis und ein Mehlbudding, beides mit einer Fruchtsauce von Kirschsaft, entweder rein oder mit Johannis- oder Himbeersaft gemischt.

Mein Frühstück und Abendbrod besteht aus einer starken Schnitte Brod mit Pflaumenmus bestrichen, einer halben frischen Dreiersemmel und Obst — 2 Aepfel oder Birnen. Dazu tritt am Abend manchmal noch eine kalte Griesspeise (Flammeris) mit einer Fruchtsauce.

Wenn man nicht mit Dr. Nagel alles Kochen verwirft, so wird sich, geehrter Herr Prediger, ein vegetarischer Tisch kaum einfacher und, wie ich meine, auch gesunder ausstatten lassen, wie vorbeschrieben. Auch bietet er reiche Abwechslung und wir sind damit vor dem Recepteschreiben und den Speisegesetzen, denke ich, glücklich bewahrt worden.

Zu bemerken wäre noch: in wie weit ist eine Abwechslung in den Mittagsspeisen erfahrungsmässig nöthig oder nützlich?

Ich glaube, dass man sich an dergleichen Abwechslung genügen lassen

kann, welche durch wöchentlich stehende Gerichte gewährt wird; also z. B. nach den Wochentagen, mit Sonntag begonnen: 1. Grütze. 2. Reis. 3. Hirse. 4. Graupen. 5. Erbsen. 6. Kartoffeln. 7. Linsen. Dabei ist möglichst beachtet, dass immer einem nahrhafteren Gerichte ein weniger nahrhaftes folgt. Will man Hülsenfrüchte ganz meiden, so könnte man, unter Zuhilfenahme der verschiedenen Grützarten und der verschiedenen Kartoffelbereitungen, so ordnen: 1. Buchweizgrütze. 2. Reis. 3. Kartoffelklösse mit Backobst. 4. Hirse. 5. Gersten- oder Hafergrütze. 6. Stückkartoffeln. 7. Graupen. Die stehenden Wochengerichte sind in vielen nicht vegetarianischen Familien eingeführt, und ihre stete Wiederkehr hat meines Wissens keine Klage erzeugt.“

Ich habe geglaubt dieser Stimme gerecht werden zu sollen, bin indess der Meinung, dass in dieser Angelegenheit die Hauptsache von jedem selbst wird geschehen müssen. Folgende Gesichtspunkte scheinen mir massgebend.

1. Erstens wird man den Tischzettel für (relativ) Gesunde und Kranke streng unterscheiden müssen. Was ersteren frommt, kann zuweilen letzteren nachtheilig sein, wie obigem Freunde z. B. Grahambrod bei Darmentzündung zu reizend war, so dass er es seitdem aufgeben zu haben scheint.

2. Für (relativ) Gesunde wird eine Minimal- und Maximalgrenze als Norm zu suchen sein: das durchgehend Wesentliche werden in unserer Zone die Cerealien und Leguminosen sein, aus den allgemeinen vegetarianischen Gründen. Das Minimum würde Wasser und Brod sein, bei dem man gesund leben kann. Hierin stimmt die civilisirte Welt uns bei, denn sie würde sich andernfalls der barbarischsten Grausamkeit anklagen müssen, so lange sie „Wasser und Brod“ eine gesetzliche Gefangenenkost sein lässt. Schwieriger zu finden wird die Maximalgrenze sein, weil der Kreis gesunder vegetarianischer Nah-

runzungsmittel — auch bei vollem Ausschluss von Eiern und Milch und deren Producten — so unendlich gross ist, dass jeder „Speisezettel“ nach obiger Art, den Charakter des Zufälligen, Willkürlichen an sich tragen wird. Nach meiner Meinung kann die Variation unendlich sein; es ist nur zu empfehlen, dass jede einzelne Mahlzeit einfach sei, denn das gleichzeitige Vielerlei („Tafelfreuden“) ist es eben, was zur quantitativen Unmässigkeit und zur Anwendung unnatürlicher Reizmittel verführt, während einfache aber wechselnde Mahle den reinsten Genuss gewähren.

3. Die ökonomischen Gründe sind für die meisten Menschen bei der Wahl der Nahrungsmittel mehr oder minder mitbedingend. Es ist ein einleuchtender Satz der National-Oekonomie, dass der National-Wohlstand davon mit abhängt, dass der Consumtionsort und der Productionsort, zumal bei den nahezu unentbehrlichen Dingen, möglichst nahe bei einander liegen. Dies ist der Grund, warum der Italiener Polenta, der Norddeutsche Buchweizen genießt, warum die Lotophagen in Tropengegenden, die Fischthran-Esser und Trinker in den Polargegenden zu finden sind. Dies, und nicht der wiedergekäuete klimatische Grund, ist die Ursache des Fleischessens im Norden; wüchsen Bananen in Lappland, würde es anders sein. In engeren Schranken wird die Wahl auch der vegetarianischen Nahrungsmittel in unserer Zone schwanken, der „Tischzettel“ also verschieden sein, obwohl wir nicht mit Buckle den Menschen schlechthin vom Boden abhängig machen, sondern mit Moses ihn befähigt erkennen über den Boden und dessen Erzeugnisse verhältnissmässig Herr zu sein.

4. Für Kranke wird das Individualisiren aber eine Nothwendigkeit bleiben und zwar wird dieses — wenigstens in bedenklichen Fällen — vom (vegetar.) Arzt zu bestimmen sein. Bis zu einem

gewissen Grade kann und soll auch der Laie sein eigener Arzt sein, er muss in Nothfällen ja für sich und die Seinen eintreten. Aber wenn der Laie eben Laie ist, so wird er über die Natur der Krankheiten sich leichter täuschen, als der durch Studium und Erfahrung Eingeweihte, wird also Gefahr laufen auch seine vegetarianische Diät falsch einzurichten. Es ist wünschenswerth, dass sich vegetarianische Aerzte durch vollkommenes Studium bilden. Wo sie uns zur Zeit fehlen, werden wir carnivore Aerzte gediegenen Studiums wegen der Diagnose nicht verschmähen, wenn wir auch ihrer symptomatischen Kurmittel gern entrathen. Die Erfahrung lehrt es ja handgreiflich, dass der Carnivore keine Idee von der Wirkung vegetarianischer Lebensweise hat und haben kann: wie soll er in dieser Hinsicht uns berathen können? Der vegetarianische Laie wird das — bei einigem Verstande — besser vermögen als der carnivore Arzt, aber der vegetarianische Arzt besser als beide. Der Vegetarianismus ist die Norm für das gesunde Leben; welche Modificationen er für die tausendfältigen Krankheiten anzunehmen hat, wird Sache der Wissenschaft und Erfahrung bleiben. Darum meine ich, dass auch innerhalb des streng vegetarianischen Regimes bezüglich der erheblich Kranken es dabei bleibt: „Eines schickt sich nicht für Alle“; genug dass der Vegetarianismus der Doctor ist, der uns, wenn wir und unsere Vorfahren ihm treu gefolgt wären, vor den allermeisten und schwersten Krankheiten behütet haben würde.

Hiermit im engsten Zusammenhange steht die Frage: wie viel soll man essen?

Unser correspondirender Freund schildert sehr beredt die traurigen Folgen, welche aus der Unwissenheit über diese Frage entspringen und die Schwierigkeiten eine bestimmte Antwort darauf zu finden. „Cornaro schreibt, dass ihm $\frac{3}{4}$ Pfund tägliche Speise, bestehend

aus Brod, Eidotter, Fleisch, Suppe und an Getränk 28 Loth täglich genug gewesen“ — „und er erwarb in stauenswerther Weise ungetrübte Gesundheit und hohes Alter.“ Und „dazu bemerkt Hufeland, dass Cornaros Beispiel ohne Nachfolge geblieben wäre, und der besorgte Dr. Suckow macht dazu die Anmerkung, er müsste recht sehr bitten, ehe man solche Diät anfinge, doch ja erst seinen Arzt zu consultiren, denn nicht jedem wäre es heilsam, die Enthaltbarkeit so weit (!) zu treiben! Der Biedere!“ Klencke äussert, „mehr als ein Pfund fester Nahrungsmittel bedarf ein mässiger Mensch an einem Tage nicht.“ Was da thun? „Natürlich werde die Masse verschieden sein, je nach der Nahrunghaftigkeit der Speisen, nach dem Gesundheitszustande und nach der körperlichen Thätigkeit; aber bei dem Wenigen, was der Mensch zur Erhaltung bedarf, können die Abweichungen nicht erheblich sein. Einen Leitstern aber als Anhalt zur Einrichtung auf die jedesmalige Person muss es geben, und diesen zu zeigen, — will ich angeregt haben.“

So sei denn die Frage gestellt!

Einstweilen bemerken wir, dass die „Abweichungen“ in der That ungeheuer sind. Es giebt Kranke, welche Wochenlang fast nichts geniessen, und ganze Völkerstämme, die mit ein Paar Feigen und Durrhahnkörner täglich nicht nur vorlieb nehmen, sondern dabei von stärkster und ausdauerndster Kraft sind, und andererseits giebt es Menschen und Stämme, die an der Fresssucht leiden und unglaubliche Massen Speise und Trank vertilgen. Hieraus folgern wir zunächst, dass zu den Ursachen der „Abweichung“ ganz besonders die Gewohnheit zu zählen ist. Die Fresser und Säufer werden nicht geboren sondern — erzogen!!

Welches aber ist das normale Durchschnittsmass?

In unserem deutschen Klima und

Verhältnissen ist für den angestregten gesunden Mann, so sollte man meinen, dies Normale festgestellt. Denn was bekommt der mobile Soldat? „Auf dem Marsche erhält er 1 Pfd. 25 Loth Brod, 22½ Loth frisches oder gesalzenes Fleisch, oder 15 Loth geräucher-tes Stier- oder Hammelfleisch, oder 10 Loth Speck, 7½ Loth Reis oder Grütze oder 15 Loth Hülsenfrüchte oder 15 Loth Mehl oder 3 Pfd. Kartoffeln, 1½ Loth Salz, 1½ Loth Kaffee.“ Man vergleiche hiermit die Angabe eines Militärarztes Seite 427 d. Bl. Man wird dies als Maximum des Nothwendigen erachtet haben. Aber wo bleibt da Cornaro? Das wirklich Nothwendige für den kräftigen, arbeitenden Mann wird also weit unter diesen Ziffern liegen. Um so mehr wird das anzunehmen sein, da die starken Reizmittel (Sauerteig, Fleisch, Salz, Kaffee, Branntwein) natürlich zu einem hohen Consum **erziehen** müssen. Die Truppen des Cyrus und Leonidas bedurften weit weniger. Und wovon lebten die Wechabiten unserer Tage?? Also selbst für gleichaltrige, gesunde Männer gleicher Arbeit ist über das „Wieviel?“ kein festes Maass vorhanden, geschweige denn für alle Menschen aller Verhältnisse!

Der gesuchte „Leitstern“ wird also auch hier nicht in neuer Satzung bestehen können, die ein festes Normalmaass angiebt, sondern in der Erkenntniss, dass jeder Mensch sich selbst bewusst, seiner Natur gemäss zu bestimmen hat, wie es vernünftig ist. Zur Zeit dürften dabei folgende Fingerzeige nützlich sein.

1. Alles zu viele ist der Hauptquell unserer Krankheiten: alles zu wenig ist ebenfalls schädlich, greift namentlich die Nerven an und untergräbt die Gesundheit.

2. Das zuviel und zu wenig bestimmt sich für jeden in doppelter Art: a) augenblicklich, nach der individuellen Ge-

wohnheit; b) auf die Dauer nach der durchschnittlichen Menschennatur.

3. Die feste Speise darf weder zu concentrirt noch zu voluminös sein. Es ist eine absurde Klage, wenn gesagt wird der Vegetarianer müsse „Massen“ verzehren, um satt zu werden. Er ist nicht Grasfresser, der das allerdings nöthig haben würde. Die Cerealien sind unser Brod! Alles andere nebensächliche (geringe) Zuthat. Wer das festhält, wird sich gut sättigen, ohne je sich belästigt zu fühlen.

4. Diejenigen aber, welche diese Frage wissenschaftlich untersuchen wollen, werden in den Kreis ihrer Beobachtungen die Ausscheidungen ziehen müssen, um zu finden, ob beim gesunden Menschen nicht unverbraucht ausgeschiedene Nährstoffe der Beweis sind, dass die Consumption, wenn sie qualitativ normal war, nicht doch eine unmässige gewesen ist.

Von der türkischen Grenze.

Um den Genossen zu zeigen, wie auch in diesen fernen Grenzen der bewusster werdende Gedanke des reinen Menschenlebens gährt, theilen wir gern die folgenden Betrachtungen mit. D. Red.

I.

Fasten-Meditation eines Vegetarianers.

Bange sahen so manche gewissen-ängstliche Christen der Fasten entgegen. „Was werden wir essen?“ fragten sie bekümmert. Welch kleinliche und unnütze Sorgen! Ist nicht hinlänglich gross und mannigfaltig das Reich der Vegetabilien? Wie ruhig sieht der Vegetarianer den Fasten entgegen! Er entbehrt Fleisch und Fische eben so leicht wie die Dispens vom Fasten. Ja, der Vegetarianismus steht hoch über jeden Fasten-dispens.

Hätten wir doch Fische; sagen sie, gleich den Juden in der Wüste. Fische! Hat sich die Welt von der Schädlichkeit derselben noch nicht hinlänglich überzeugt? Hat sich Kaiser Karl V.

nicht durch den Genuss eines Aales den Tod zugezogen? Der Aal war sein letztes Abendmahl und zugleich sein Todtenmahl. Ruhig geht der nüchterne Vegetarianer zu Bette, er befürchtet keine Störungen im Schlafe. Nicht so der Fleisch- und Fischesser, der Wein-, Caffee- und Theetrinker, die wohl grösseren Gefahren, häufigen Schlaganfällen, Berstungen der Blutadern, und raschem Tode ausgesetzt sind.

Ja die prassenden Fleischesser! Da sitzen sie bei ihrem Todtenmahle, und verzehren ihre Beute, gleich gierigen Raubthieren die Leichname der getödteten Thiere, ohne davor zu schaudern, denn ihr natürlicher und unverdorbener Instinkt ist schon längst durch naturwidrige Gewohnheit abgestumpft und entartet.

An der griechischen Meeresküste soll der Aussatz furchtbar grassiren, und zwar — wie von Gelehrten behauptet wird — in Folge des Genusses von Fischen. Wäre das nicht ein hinlänglicher Beweis von der Schädlichkeit der Fischnahrung?

Nach der Vorschrift des mosaischen Gesetzes mussten die Aussätzigen sich von ihren Familien entfernen, in einsamen Feldern und Wäldern wohnen, und nach Aussage der Bibel, wären viele der Aussätzigen genesen und zu ihren Familien heimgekehrt. Was mochte wohl zu ihrer Genesung beigetragen haben? Was assen sie in der Einsamkeit? Gewiss kein Fleisch, denn wer hätte es ihnen auch gebracht und zubereitet, da jeder Verkehr und jede Berührung mit demselben strengstens verboten war. Sie assen gewiss nichts anderes als Früchte und Kräuter, höchstens vielleicht noch Brod, womit sie leichter auf mehrere Tage versorgt werden konnten. Mochte nicht diese vegetabilische Nahrung zu ihrer Genesung, Reinigung und Befreiung vom Aussatze beigetragen haben?

Moses und Mohamed verboten ihren Anhängern den Genuss des Schweine-

fleisches, und zwar gewiss mehr aus sanitätlichen als religiös-moralischen Gründen. Wären sie doch um einen Schritt weiter gegangen, und hätten alles Fleisch verboten, wie gross stünden sie heute vor der besseren Welt, hochverehrt als weise Gesetzgeber.

Bevor die Störche im Herbst heimwärts ziehen, fasten sie, und geniessen nichts als Saat und Wasser, damit sie abmagern, und sich auf die weite Reise zum Fluge vorbereiten. Ebenso ist auch des Menschen Zeit zum Fluge um so mehr geeignet, je weniger ihn sein Leib daran hindert. Der Geist wird sich um so kühner empor schwingen, und im Fluge rascher bewegen, je weniger der Leib gemästet und verthiert wird; der Geist wird desto klarer und heller sehen, je weniger das Gehirn von dichten aus dem Magen steigenden Dämpfen umnebelt wird.

II.

Unblutige Ostern.

Christus — das Osterlamm — hat ausgeblutet, um uns den ewigen Frieden zu bringen. Mit seinem Opfertode hören die blutigen Opfer im neuen Testamente auf. Er hinterliess uns ein neues Opfer im Brode beim letzten Abendmahle. Wozu also noch immer die grausamen Lämmerschächtereien bei den Christen zu Ostern? Haben die blutigen Opfer im neuen Testamente noch kein Ende? Werden wir es nicht endlich erleben, dass die Christenheit nicht unblutige Ostern feiert, ohne Lämmer-, Kälber- und Ferkelschächtereien? Ja das wäre ein wahres Erwachen, eine wahre geistige Auferstehung zu einem neuen geistigen Leben. Das wären die wahren meliora charismata der Christen. So lange aber die Schächtereien auf Erden nicht aufhören, kann von einem ewigen Frieden unter den Geschöpfen Gottes keine Rede sein. O ihr armen, ihr wehrlose und enttäuschte Geschöpfe, die ihr auch dem Menschen, eurem Mitgeschöpfe anvertrauet seid und bei ihm Schutz suchet,

ihm dient, ihn kleidet und mit eurer Milch ernährt und danach von ihm verfolgt, zu Tode gehetzt, gequält und geschlachtet werdet, o wie bedauernswürdig ist euer Loos auf Erden.

Und wenn Jemand, so sollten doch die im Brode opfernden Priester, deren Charakter Milde und Sanftmuth sein sollte, in ihrer Lebensweise von fleischgierigen Raubthieren sich unterscheiden. Die Priester sollten nicht Diener des Bacchus und anderer Götzen, sondern erhabene Ideale und nachahmungswürdige Muster der Nüchternheit und Genügsamkeit sein.

III.

Auferstehungs-Gedanken.

Auferstehung! Geistige Auferstehung! Mit Stolz kann der Vegetarianer von sich sagen, dass er geistig auferstanden ist! Was ist geistige Auferstehung? Es ist der Sieg des Geistes über das Fleisch, über die Sinnlichkeit durch Entsagung dem Fleische, dem Alkohol, und allen schädlichen Giften. Wenn Jemand, so sollten gewiss die Priester und die sich mit Studien befassenden Musensöhne Verehrer der göttlichen Ceres sein, denn nur die nüchternen Cerealien- oder Früchteesser erfreuen sich eines vollkommen geläuterten Sinnes; eines hellen, schwungvollen, Alles richtig auffassenden Geistes.

Geistige Auferstehung! Einzelne erleuchtete Männer sehen wir geistig auferstehen, gewiss ein erfreulicher Anblick! Doch die geistige Auferstehung eines ganzen Volkes, der ganzen Menschheit, wird sie jemals erfolgen? Wir werden es nicht erleben, doch hoffen wir es, und als Vorkämpfer dieser geistigen Auferstehung sind die nüchternen Vegetarianer berufen in die Schranken zu treten. Wahrhaftig eine schöne, grosse Aufgabe, zur Veredlung der Menschheit etwas beigetragen zu haben, jedenfalls besser, als zur Demoralisirung derselben. Jedoch ohne Kampf kein Sieg, und ohne Entsagung keine geistige Auferstehung!

Wenn auch vorliegende Meditationen für den grundsätzlich geschulten, durch Erfahrung geprüften, und in seiner naturgemässen Lebensweise unerschütterlich beharrlichen Vegetarianer keine neuen Ideen, sondern blos Variationen über das bereits bekannte Thema enthalten, so mögen dieselben doch als religiös-moralische Betrachtungen wenigstens zur Erbauung des freundlichen Lesers beitragen.

In der Charwoche 1871.

Ein katholischer Priester.

Schopenhauer über Behandlung der Thiere.

Nr. 28 des Vereinsblattes bringt ein Citat aus Schopenhauers kleinen Schriften, welches darthun soll, „das Sch. in Betreff der Unnatürlichkeit der Fleischnahrung mit dem Vegetarianer übereinstimme.“ Das ist aber kaum der Fall. Schopenhauer hatte viele Sympathie für die Thierwelt, keineswegs aber Neigungen für den Vegetarianismus. Ich finde seine Gedanken hierüber am deutlichsten in der Abhandlung über „das Fundament der Moral“ ausgesprochen und gestatte mir, die Stelle auszugsweise mitzutheilen:

„Die von mir aufgestellte Triebfeder bewährt sich als die ächte auch dadurch, dass sie zugleich die Thiere in ihren Schutz nimmt, für welche in den andern europäischen Moralsystemen so unverantwortlich schlecht gesorgt ist. Die vermeinte Rechtlosigkeit der Thiere, der Wahn, dass unser Handeln gegen sie ohne moralische Bedeutung sei, ist eine empörende Rohheit und Barbarei des Occidents, deren Quelle im Judenthum liegt (?). In der Philosophie beruht sie auf der aller Evidenz zum Trotz angenommenen gänzlichen Verschiedenheit zwischen Mensch und Thier, welche bekanntlich von Kartesius ausgesprochen ward. — —

Solchen Sophistifikationen der Philosophen entsprechend finden wir, auf dem populären Wege, die Eigenheit mancher

Sprachen, namentlich der deutschen, dass sie für das Essen, Trinken, Schwangersein, Gebären, Sterben und den Leichnam der Thiere ganz eigene Worte haben, um nicht die gebrauchten zu müssen, welche jene Acte beim Menschen bezeichnen, und so unter der Diversität der Worte die vollkommene Identität der Sache zu verstecken. Da die alten Sprachen eine solche Duplicität der Ausdrücke nicht kennen, sondern unbefangen dieselbe Sache mit demselben Worte bezeichnen, so ist jener Kunstgriff ohne Zweifel das Werk europäischer Pfaffenschaft, die in ihrer Profanität nicht glaubt, weit genug gehen zu können im Verleugnen und Lästern des ewigen Wesens, welches in allen Thieren lebt; wodurch sie den Grund gelegt hat zu der in Europa üblichen Härte und Grausamkeit gegen Thiere, auf welche ein Hochasiate nur mit gerechtem Abscheu hinsehen kann.“ — „Man muss wahrlich an allen Sinnen blind sein, um nicht zu erkennen, dass das Wesentliche und Hauptsächliche im Thiere und im Menschen das Selbe ist, und dass was Beides unterscheidet, nicht im Primären, im Princip, im Archäus, im inneren Wesen, im Kern beider Erscheinungen liegt, sondern allein im Secundären, im Intellekt, im Grad der Erkenntniskraft, welcher beim Menschen allerdings der höhere.“ — —

„Dass die Moral des Christenthums die Thiere nicht berücksichtigt, ist ein Mangel derselben, den es besser ist einzugestehen, als zu perpetuiren, und über den man sich um so mehr wundern muss, als diese Moral im Uebrigen die grösste Uebereinstimmung zeigt mit der des Brahmanismus und Budahismus, bloss weniger stark ausgedrückt und nicht bis zu den Extremen durchgeführt ist; daher man kaum zweifeln kann, dass sie aus Indien stammt.“ — — — „Mitleid mit Thieren hängt mit der Güte des Charakters so genau zusammen, dass man zuversichtlich behaupten darf, wer gegen Thiere

grausam ist, könne kein guter Mensch sein.“ — — — „Dass übrigens das Mitleid mit Thieren nicht so weit führen muss, dass wir, wie die Brahmanen, uns der thierischen Nahrung zu enthalten hätten, beruht darauf, dass in der Natur die Fähigkeit zum Leiden gleichen Schritt hält mit der Intelligenz; weshalb der Mensch durch Entbehrung der thierischen Nahrung, zumal im Norden, mehr*) leiden würde, als das Thier durch einen schnellen und stets unvorhergesehenen Tod, welchen man jedoch mittelst Chloroform noch mehr erleichtern sollte.“

Ueber den Cretinismus

berichtet Dr. A. Jarisch (Allgemeine Fam.-Ztg. 1870 Nr. 37), dass es unheilbare geborene und heilbare gewordene Cretins giebt, und erzählt: Ich visitirte eine Schule im Nordwesten der Obersteiermark. Eingetreten sah ich in den ersten Bänken mehr als 20 cretinartige Zwerge sitzen, während in den letzten Bänken, der Oberabtheilung dieser Schule, bildschöne muntere Kinder sich bewegten und auf die an sie gestellten Fragen die passendsten Antworten gaben, gut lasen, schön schrieben, schnell und richtig rechneten, und schön Deutsch sprachen.

Auf meine Bemerkung, was der Lehrer mit jenen kleinen Trotteln anfangen werde, gab er zur Antwort, dass die neu eintretenden Kinder in der Regel in diesem Zustande zur Schule kommen und in dem Zustande, wie ich die grösseren fand, sie verlassen. Ja, setzte er hinzu: Eine Stunde Weges vom Elternhause in die Schule in frischer Luft, den ganzen Tag Nichts es-

*) Hierfür hat Schopenhauer, so viel mir bekannt, einen Beweis nicht versucht, weil dieser Punkt ihm gar nicht in Frage gekommen, sondern er in dieser Hinsicht, wie wir früher wohl fast alle, unter der Macht der Tradition stand. Sein Urtheil über das Verhältniss des Menschen zur Thierwelt ist übrigens ganz das unsere. Anm. d. Red.

sen, als ein Stück trockenes Brod, Nichts trinken als Wasser, hübsch lernen, das treibt den Trottel heraus und den Menschen hinein.

Wie es die Eltern anfangen, durch Verwahrlosung und Vollstopfen mit Heidekornmehl, Schweinefett und viel Fleisch gesunde Kinder zu Cretins zu machen, das lese man in dem gut geschriebenen Artikel selbst ausführlich. Und wem in unseren gebildeten Familien halb cretinartige Kinder vorkommen sollten, der denke ein bisschen nach über die Erfahrung des citirten Schullehrers. (A. v. S.)

Ein Beispiel von Bestialität,

wie sie auch unter sonst leidenschaftlichen Fleischessern selten vorkommen wird, berichtet Dr. med. Puder aus Halle. (Siehe dessen Schrift „die Trichinen in Halle und dem Saalkreise.“ Publication des Vereins für öffentliche Gesundheitspflege in Halle, Seite 31.) Ein Mann, dem Frau und Sohn an der Trichinose gestorben waren und der selbst lange krank daran gelegen hatte, war nicht zu bewegen, den Rest des trichinigen Fleisches ungenossen zu lassen, viel weniger es zu vernichten. Das Einzige, wozu er sich herbeiliess, war das Versprechen, dasselbe nur gekocht zu geniessen! — Dieser Mensch theilt also ganz den Standpunkt des Kettenhundes, der die Zähne fletscht, wenn man ihm einen Knochen wegnehmen wollte. — Mit Recht sagt Dr. Puder, dass das blosse Vorhandensein des trichinigen Fleisches die Weiterverbreitung der Trichinose zur Folge habe und damit für Leben und Gesundheit Anderer dringende Gefahr entstehe — es sei darum Pflicht des Staates oder der Gemeinde, die Vernichtung solchen Fleisches zum Gesetz zu machen, um damit jene Gefahr zu beseitigen. — Wir meinen, noch besser sei die radicalste Selbsthülfe, die Annahme der vegetarischen Nährweise. A. v. S.

Fr. Daumer.

In Westermanns Monatsheften (Febr. d. J.) spricht sich G. Fr. Daumer in Würzburg über sein Verhältniss zum Vegetarianismus aus. Veranlassung dazu ist ihm ein früherer Artikel desselben Blattes, nach welchem er „vor fast 50 Jahren“ — er zählt jetzt 71 — als fanatischer Vegetarianer ein Buch (!) geschrieben habe „Das blutige Mahl unter der Decke des Küchenprocesses“. Daumer lehnt diese Verfasserschaft ab. Denn „noch als Pflegevater des Findlings Kasper Hauser, in den Jahren 1828 und 29 war ich soweit entfernt mit dem herrschenden Regime in Widerspruch zu stehen, dass“ — er letzteren zur Fleischkost zu führen unternahm. Erst 2 Jahrzehnte später ward Daumer Vegetarianer und zählt sich zu der Fraction, welche die animalische Nahrung aus Humanitätsgründen verwerfen, aber die Genussmittel aus der vegetabilischen Natur — die spirituosen und narkotischen Reize — sich gestatten. Bei dieser Gelegenheit fehlt eine Apologie des Weingenusses als Quelle poetischer Begeisterung natürlich nicht. „Eine solche ist zwar auch ohne Wein möglich,“ wirft sich Daumer selbst ein, aber die alkohol-geborene Poesie scheint ihm entweder höher zu stehen oder ein nothwendiges Ersatzmittel zu sein! Ja er „begrift nicht, wie wir uns den Namen Vegetarianer geben können, sofern wir mit dem Fleische auch die köstlichsten und balsamischen Geschenke der Pflanzenwelt ausschliessen.“ Wir dagegen begreifen nicht, dass er an Kasper Hauser nicht gelernt hat, welche Verwüstungen diese spirituosen und narkotischen Reizmittel in der menschlichen Natur anrichten, dass er überhaupt die Pflanzenwelt als eine für uns schlechthin unschädliche vorauszusetzen scheint, und dass er noch heute den Vegetarianismus weder etymologisch noch physiologisch würdigt. Daumer stellt ein diätetisches System in Aus-

sicht, wie es sich ihm durch Studium und Erfahrung gebildet habe. Das wird für uns von äusserstem Interesse sein, da es den qu. humanen Standpunkt innehalten wird, aber es wäre zu wünschen, dass das Werk nicht dem engen Kreise culinarischer Diätetik verfiel, sondern sich zur culturgeschichtlichen Bedeutung der Idee des Vegetarianismus erhebe. — (Vergl. S. 371.) E. B.

Zur Milchfrage.

Aus den uns freundlich mitgetheilten „Lichtenhofer Blättern“, Organ des landwirthschaftlichen Maximilian-Instituts zu Lichtenhof bei Nürnberg Nr. 2 ersehen wir, dass auch Professor Klebs in Bern sich mit diesem Gegenstande befasst hat. „Aus den von ihm geführten Untersuchungen mit Fütterung von Tuberkelmassen ergab sich, dass die Tuberkulose des Rindviehs identisch sei mit der Perlsucht, dass die Uebertragbarkeit der Tuberculose vom Rind auf den Menschen nicht bezweifelt werden könne und dass aus dem Grunde die Viehzucht eine wesentliche Quelle der Tuberculose sei.“ Der Referent (nach Dr. Zöllers „Oeconomische Fortschritte“) geht dann über auf die Untersuchungen vom Geheimenrath Gerlach in Hannover (jetzt in Berlin), welche Herr v. Seefeld in Nr. 20 d. Bl. ausführlich besprochen, und es ist erfreulich, dass die Journale dieser Art diese wichtigen Thatsachen warnend an den ökonomischen Mann bringen.

Neu war uns dabei die Bemerkung, dass Prof. Klebs gefunden habe, „dass der Ansteckungsstoff beim Kochen unwirksam wird.“ Der Nachweis hierüber fehlt im Referat, es scheint dem Berichterstatter selbst zweifelhaft, denn er sagt, „dass dies erst durch weitere Versuche noch festgestellt werden müsse.“ Dass das Kochen der Milch „jedenfalls eine schützende Massregel sei“, ist so lange ungewiss, bis die Ursache und ihre Aufhebung durch das Kochen klar

dargelegt ist: Die Vergleichung mit den Trichinen beweist Nichts. Das beste Schutzmittel ist wieder der strenge Vegetarianismus, der aus diesen Thatsachen übrigens noch ganz andere Schlüsse für menschliche Mutterpflichten zieht. — E. B.

Giftige Fische.

Die Wissenschaft verzichtet zur Zeit darauf, eine genaue Definition von „Gift“ zu geben. Sie kommt nicht weiter als zu sagen: Stoffe, welche schon in verhältnissmässig kleinen Mengen tödlich oder wenigstens schädlich auf den gesunden Organismus einwirken können, sind Gifte (Hasselt, Giftlehre). Das Wesen der tödtlichen Wirkung der Gifte, das Wie und Warum oder die eigentliche Weise der ursprünglichen, feindlichen Einwirkung (modus operandi) ist bis jetzt noch nicht aufgeheilt“ (derselbe). Schon hieraus sieht man, dass wir Laien Recht und Pflicht haben, uns erfahrungsmässig vor „giftigen“ Stoffen zu hüten, zumal man dem irrthümlichen Satze zu huldigen pflegt, dass „kleine“ Dosen der fraglichen Stoffe nicht schädlich sein. Was ist denn aber chronische Vergiftung?? (Vergleiche Notiz im Briefkasten.)

Dass (auch das „gesunde“) Fleisch für uns „giftige“ Bestandtheile enthält, giebt die Wissenschaft zu, nur über den Grad der „Giftigkeit“ ist Streit. Fische aber, meinen Einige, seien kein Fleisch, und seien nicht giftig, vielleicht weil die infallible Kirche sie als Fastenspeise auch künftig gestatten wird. Sie sind aber Fleisch und sind giftig, wenn auch der Grad der Giftigkeit verschieden ist. Freilich das „Fischgift, venenum ichtycum, ist höchst räthselhafter Natur und in chemischer Beziehung bis jetzt noch ganz unbekannt“ (Hasselt, Thiergifte S. 85). „Die Wirkungsweise dieses Giftes ist noch nicht aufgeheilt“ (S. 89). Aber die Wissenschaft liefert ein langes Verzeichniss „giftiger Fische“ (Hasselt, pag. 78 ff)

d. h. also solcher, wovon verhältnissmässig kleine Mengen Fleisches den Menschen schädlich ja tödtlich wurden. Unter ihnen wird auch der Hausen (Acipenser Huso, Linn.) angegeben (S. 84), über den man mir von Pernau (Lievland) unter dem 18. April Folgendes schreibt:

„Unsere Zeitung erzählt einen schauerlichen Fall. In den bei Petersburg gelegenen Dorfe Pargolowo starben binnen 2 Tagen in einem Hause sechs vorher völlig gesunde Personen auf unbegreifliche Weise. Später stellte sich heraus, dass die Ursache der Genuss rohen gesalzenen Hausens gewesen ist. In Folge dessen hat der Gouverneur verordnet, dass in den Wolostversammlungen aller Kreise mitgetheilt werde, dass in kurzer Zeit in drei Kreisen des Gouvernements 18 Menschen in Folge des Genusses roher gesalzener Fische gestorben sind.“

Bei Hasselt kann man weiter finden, wie in manchen Ländern ganze Arten von Fischen als giftige verboten sind, ja, dass man früher Fische zum Selbstmorde benutzt haben soll. Ist das Alles nicht Warnung genug? Aber freilich die Carnivoren meinen, chronische Vergiftungen schaden nichts, und die Fische seien dazu geschaffen, um von den Menschen — den Haupthechten oder höhern Fischottern — verzehrt zu werden, vermuthlich um, wie Prof. Funke meint, in ihnen „ihre Auferstehung zu feiern!“ — — E. B.

Meran, Tyrol.

Die Leute hier essen täglich 5 mal, Fleisch, Speckknödel etc. und trinken viel Wein, schon Kinder von 7 Jahren

In der Stadtverordneten-Versammlung zu Nordhausen stellte ohnlängst Dr. med. v. Blöda, practischer Arzt daselbst, den Antrag, den Magistrat zu ersuchen, soweit die Gesetze es zulassen, alles zu vermeiden, was auf Impfwang hinausläuft. In der Versammlung befanden sich nicht nur ein paar Vegetarianer, die den Antrag energisch unterstützten, indem sie die Impfvorgif-

rauchen Tabak; die Aerzte rathen den Brust- und Lungenkranken vor Allem so viel Fleisch, Fett, Eier etc. als möglich zu geniessen und tüchtig Wein zu trinken. Ein hiesiger Arzt aber sagt zu Patienten, die bei ihrer Abreise ihm bekannten, dass sie Vegetarianer geworden, — „das sei ein kühner Entschluss, er könne ihnen aber nur rathen immer dabei zu bleiben!“ Warum aber diesen Rath erst beim Abschiede? Warum erst dann, wenn der Patient selbst die Wahrheit gefunden und sich von ihr nicht mehr abbringen lässt?!

St. Louis, Nord-Amerika.

Schrotbrod giebt es hier in zwei Sorten: deutsches Roggenschrotbrod (nach westphälischer Art) und Bostoner Braumbread; ersteres wird in einigen Fabriken gebacken und in der ganzen Stadt von Händlern als „Pumpnickel“ vertrieben; letzteres, ein Gemisch von Weizen und Roggenschrot mit Syrup, übertrieben süß, ist das Brod der Temperenzleute. Einige engl. Bäcker bereiten auch „Grahambrod“ von fein zermahlenem Weizen (mit der Kleie), in zwei Sorten, mit oder ohne Syrup. „Ich kann, sagt dieser Berichtstatter, ein Arbeiter, dies besser als alle Andere vertragen. Ich schicke mich in die Jahreszeit; im Herbst ass ich jeden Tag eine Melone und wurde mir davon, (da ich nicht dazu trank) nie unwohl; ich lebe da nur von Brod und Früchten. Aber im Winter, wo die Früchte ausgehen, esse ich wieder Gekochtes, z. B. Kornmehlsuppe, Bataten, Hülsenfrüchte u. s. w. aber Alles ohne Milch, Butter und Eier; in Restaurationen werde ich gut und billig bedient, wie ich es wünsche!“

tung als einen barbarischen Eingriff in die persönliche Freiheit bezeichneten, sondern es stellte sich heraus, dass die ganze Versammlung Impfwangsgegner waren, denn der Antrag wurde einstimmig angenommen.

Von dem Flugblatt „zur Kunst des vernünftigen Lebens“, das bereits in 4000 Exemplaren ausgeflogen ist, habe ich eine neue verbesserte Auflage drucken lassen und versende gegen Einsendung von 5 Sgr. je 25 Exemplare franco an jede (deutlich geschriebene!) Adresse. Es dient zur ersten Bekanntmachung des Vegetarianismus und als Wegweiser in die Literatur.

Der Naturarzt. Zeitschrift für naturgemässe Behandlung des menschlichen Körpers in gesunden und kranken Tagen. Herausgegeben von G. Wolbold in Dresden. Jährlich mindestens 15 Bogen, 1 Thlr. Durch Buchhandel oder direct vom Herausgeber zu beziehen.

Mit diesem 10. Jahrgang ist, wie wir schon angezeigt, die Redaction von Th. Hahn an G. Wolbold übergegangen. Unser Vereinsblatt vertritt den Vegetarianismus als allgemeines Princip des gesunden Lebens; die leibliche Gesundheitsfrage ist dabei nur ein einzelner Gesichtspunkt. Wer insbesondere der ärztlichen Seite derselben von unserem Standpunkte näher treten will, dem empfehlen wir wiederholt diese Zeitschrift. Die uns vorliegenden 5 Nummern der neuen Redaction bieten einen reichen Inhalt.

Die „Thüringer Presse“ bringt einen längeren Artikel für die natürliche Lebensweise aus der Feder eines Lehrers, der auch in Separatabdruck erschienen ist.

Unter der Presse: Masionius. Charakterbild aus der römischen Kaiserzeit. Von Eduard Baltzer.

Ein kleines Bild (nur einige Bogen) eines Philosophen. Da er Vegetarianer war, denke ich, werden die Blätter, da sie gemeinverständlich sind, auch in unseren Kreisen Interesse haben! Dies Schriftchen ist in dem Genre gehalten wie mein „Pythagoras“ und mich dünkt, es ist gut unsere Freunde alter und neuer Zeit kennen zu lernen, um zu sehen, wes Geistes Kinder wahre Vegetarianer sind.

Unter der Presse ist ferner: Der Vegetarianismus im Mönchthum. Vom Prediger Reichenbach in Braunschweig. — Wir werden in nächster Nummer darauf zurückkommen.

In Linz antwortete Graf Zedtwitz auf die Angriffe des Dr. Winteritz in dortiger „Tagespost“ (siehe S. 428). Der gute Dr. vertheidigt sich nur mit neuen Capriolen und damit derselbe „Recht behalte“ erklärt die Tagespost die Fehde für geschlossen!!! Immer noch besser als die Gartenlaube, die es mit „eines Mannes“ Rede hält!

Etwaige Besucher der Passionsvorstellungen in Oberammergau (Ober-Baiern) finden bei dem Vegetarianer, Zimmermeister Christa dortselbst, freundliche Aufnahme, gutes Logis und vegetarianische Kost.

Erschienen ist in Nürnberg: **Eduard Baltzer.** Vortrag über Vegetarianismus am 27. Juni im „Sächsischen Hof“ zu Nürnberg gehalten und nach stenographischen Aufzeichnungen herausgegeben. Nürnberg. 18 S.

Wien. Hier giebt es kleine Petroleumöfen, die für einzelne Vegetarianer sehr practisch sind, weil man sich das Essen leicht damit selbst kochen kann. Sie sind transportabel, die kleinsten 8 Zoll hoch, 6 Zoll breit und kosten von 5 fl. an je nach Grösse und Einrichtung. Sie kochen z. B. Reis in

1/4 Stunde, Kartoffeln in 3/4 Stunden. Adresse: Herrn Spengler (und Privilegiuminhaber) Habekost, Neubau, Liebensterngasse 29.

Pest. Grahambrod bei Anton Roda, Ecke der Zriny- und Palatingasse 9.

Schrotmühlen liefert wieder im Preise von 12—20 Thlr. Hartmann, Maschinenbauer in Nordhausen.

An die Mitglieder des deutschen Vereins für naturgemässe Lebensweise.

Anliegend übersenden wir den Mitgliedern unseres Vereins dessen Statistik. Indem wir ihnen weitere Exemplare zur freien Verfügung stellen, bitten wir sie dringend, die Presse für dieses Flugblatt zu interessiren, resp. so viel als möglich selbst darüber in den Zeitungen zu referiren.

Ueber Zeit und Ort des diesjährigen Vereins-Congresses hat leider, nachdem Wien vor Kurzem abgelehnt hat und auf unser Concurrenz-Ausschreiben noch von keinem Orte eine zusagende Antwort erfolgt ist, noch keine definitive Entscheidung getroffen werden können.

Diejenigen Mitglieder, welche ihre Wohnung verändern, oder deren National vielleicht im Adressbuche nicht correct bezeichnet ist, ferner Gesinnungsgenossen, denen es wünschenswerth erscheint, in dasselbe aufgenommen zu werden, wollen uns bis spätestens Mitte September c. die betr. Notizen zugehen lassen, damit im October ein Nachtrag durch dieses Blatt gegeben werden könne.

Es scheint geboten, wenn unsere gemeinsamen Bestrebungen von socialen Nutzen sein sollen, dass sich aller Orten Lokalvereine bilden, welche eine Bibliothek anschaffen, öffentliche Versammlungen veranstalten und durch die Presse wirken. Wir hoffen, dass uns über die Thätigkeit nach dieser Richtung hin bald umfängliche Mittheilungen zugehen. Leider ist uns ausser der sehr ausgedehnten und wirksamen Thätigkeit des Berliner Vereins von andern Orten wenig Erspriessliches bekannt geworden.

Berlin, den 15. Mai 1871.

L. May, Vorsitzender. Prof. Baron, Cassirer. Dr. Th. Nauhaus, Schriftführer.
Linienstrasse 233. Louisenstrasse 53. Charitéstrasse 4.

Briefkasten. Herrn B. in N. Sie haben ja also einen Arzt gegen den andern als Zeugen, dass Ihre arme Frau unverantwortlich mit Gift (Mutterkorn) heimgesucht worden. Dieser für Mutter und Kind verderbliche „Ergotismus“ ist schon ein altes Uebel, ein Frevel an der Menschheit. Lesen sie bei Hasselt (ed. Henkel) Pflanzengifte S. 194 ff. nach und Sie werden finden, dass Alles auf Ihren Fall passt. Freilich heisst es hier: „Das Mutterkorn gehört nicht zu den sehr starken Giften, sondern es sind stets grosse Gaben oder lang andauernder (!!) Gebrauch nöthig, um schädliche Wirkungen auf den Menschen hervorzurufen.“ Aber doch ist diese „chronische Vergiftung viel gefährlicher als die acute“ S. 198 !! „Sie wird epidemisch und die Mortalität stellte sich „auf 60 bis 90 pCt.“ S. 199. Im Volke ist der Ergotismus unter dem Namen Kriebelkrankheit bekannt. Wie lange wollen wir uns denn „lege artis“ — d. h. unverantwortlich vergiften lassen? — Herrn K. in W. N. 1 Thlr. Ihnen gut. Im ähnlichen Sinne, wie Sie den 10. Mai, feiere ich den 26. November. Herzlichen Dank! — Herrn M. B. in H. Postvorschuss geht nicht. Sandte unter Kreuzband und behalte 1 Thlr. 6 1/2 Sgr. gut. Uebrigens absolut einverstanden.

Hierzu eine Beilage: **Statistik** des deutschen Vereins für naturgemässe Lebensweise (Vegetarianer) vom derzeitigen Vorsitzenden L. May, Berlin 1871.

Selbstverlag des Herausgebers Eduard 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).

Jahrgang III.

Nr. 21—30.

N^o 30.

Nordhausen, den 24. Juni.

1871.

Motto: Die Grundlage der Ethik ist nach Musonius die Natur des Menschen; diese, bewusst geworden, zu sich selbst gekommen, trägt in sich die Kraft und die Norm des freien sittlichen Handelns, und der Mensch allein ist ihrer fähig.
Musonius, ed. Baltzer S. 9.

An die deutschen Vegetarianer ein herzinniger Gruss!

Hochwerthe Freunde und Gesinnungsgenossen!

Unser Baltzer hatte mir bereits im December v. J. die Sendung eines photographischen Albums, das die Portraits unserer verehrten Vereinsmitglieder enthalte, angekündigt. Das Schiff „Bolivar“, mit welchem die Sachen kommen sollten, blieb aber aus. Ich wartete in stiller Freude, wie die Braut mit Sehnsucht auf den Bräutigam, 8, 14 Tage; doch vergebens.

Endlich, gegen Mitte Februar d. J., also über einen Monat später, brachte der nächstfolgende Steamer derselben englischen Linie die Nachricht, dass der „Bolivar“ in Kingston eingelaufen und bedeutende Havarie gelitten habe. Das stimmte die Saiten der Hoffnung sogleich um einen ganzen Ton tiefer. Denn man konnte noch nicht wissen, worin die Havarie bestand, ob die Waare verloren gegangen, oder nur die Maschine Schaden genommen habe.

Bald darauf kündigte ein Brief von Veracruz an, dass die Waaren des „Bolivar“ gerettet, ausgeladen und mit einem andern Schiff im dortigen Hafen gegen Mitte März ankommen und also gegen Ende desselben Monats in Mexico sein würden. Diese freudige Nachricht

spannte die Saiten wieder bis zum Normalton; denn ein zweiter Brief von Veracruz an die hiesige Musikhandlung von Nagel & Co. meldete, dass die Waaren des Schiffs bereits gelöscht und sofort mit der „Linea acelerada“ (Schnellfrachter Linie) befördert wären. Und — es geschah also! —

Am 3. März überreichte man mir bei Nagel & Co. mein Packet. Schnellen Schrittes und freudigen Herzens eilte ich nach meiner Wohnung. Konnte ich doch nun das so oft erwähnte und lang ersehnte, das von den Meereswogen verschlungen geglaubte und endlich in meine Hände gelangte Packet öffnen. Eine Menge für mich höchst interessanter Zeitungen erregen zuerst meine Neugierde; sodann werden verschiedene Bücher und Broschüren sichtbar. Alles Früchte aus der lieben Heimath, die demnächst, eine nach der andern verschlungen und resp. verdaut werden sollen.

Endlich wird auch der in eine schützende Decke sauber eingehüllte Schatz zu Tage gefördert!

Wie prächtig! Wie wunderschön! Seid endlich tausendmal gegrüsst, liebe Landsleute und Gesinnungsgenossen! So viele, trauliche Gäste habe ich noch nie auf einmal empfangen. Doch das Herz hat Raum für Alle!

In unsern Ideen waren wir ja längst

einander verwandt; doch nun kann ich auch einem Jeden ins treue Angesicht schauen und im Gedanken warm die Hand drücken. Tausend, tausend Dank für die liebe, sinnige, prachtvolle Gabe!

April! Rosenmonat des schönen Mexico's, Du brachtest auch mir eine **Rose** aus meiner Heimath, und zwar eine prächtige, seltene Centifolie (denn sie zählt mehr als hundert Blätter). Jedes einzelne Blumenblatt bildet zwar für sich eine liebliche Erscheinung; jedes hat seinen besondern, bedeutsamen, schätzbaren Inhalt, und das freudige Herz, der prüfende Blick weiden sich an den vielen Schönheiten; doch erst im Verein mit den übrigen erblicken wir das harmonische Ganze, würzigen, süssen Blüthenduft verbreitend und denselben den wahren, höhern Werth und Bedeutung verleihend!

Dir, unter den Künsten vor allen, treue Naturmalerin, holde Lichtbildnerin, Dir bringe ich heute die Palme! Deiner schönen und nützlichen Erfindung dank' ich diese edle Gabe. Ehre, Preis und Ruhm Deinem ersten Erfinder!

Seit Deinem Erscheinen ist es der Welt leicht gemacht, die Werke unserer Zeitepoche mit dem getreuen Bilde der Verfasser der Nachwelt zu überliefern. Du verschaffst dem Familienleben, der Freundschaft, dem Arbeiter, dem Künstler und Gelehrten, dem Geschichts- und Naturforscher, sowie der ganzen Menschheit in allen seinen vielgestaltigen Lebensverhältnissen, die angenehmste Unterhaltung, den mannigfaltigsten Nutzen, die reinsten Freuden und süssesten Erinnerungen!

O schöner Tag; Tag der Wonne und des Glücks! Deiner werde ich jedes Jahr in stiller Erinnerung gedenken, und das theure Album, „das neue Evangelium“, öffnen und darin lesen! Auf jeder Seite steht es in lebendigen Zügen; „Siehe, der edle Sohn, der Liebling der Natur, der **Mensch**, — seit Jahrtausenden durch Bildung aller

Art verblindet, von Geschlecht zu Geschlecht verdorben und entnervt und in die dickste Finsterniss verstossen —, er findet sich endlich selbst wieder; ein heller, belebender Lichtstrahl durchdringt das Dunkel der Unwissenheit und des Vorurtheils; er athmet neu auf, **er erkennt sich selbst wieder!** Jedes Bild spricht es deutlich aus: „Auch ich bin wieder Mensch geworden! Ich habe das Paradies wieder gefunden: jeder Baum in demselben mit seinen nährenden, süssen, erquickenden Früchten ist für mich ein wahrer Lebensbaum; die Natur, aufmerksam betrachtet und gründlich erforscht, ist meine Führerin, sie kann mich nicht betrügen; die Erfahrung, gleichsam der Baum der Erkenntniss des Guten und Bösen, begleitet helfend und warnend unaufhörlich den denkenden Menschen durch alle Lebensverhältnisse.“

Die erkannte Wahrheit erweckt aber auch zugleich das lebendige Gefühl der Mittheilung. Was wir im Leben längere Zeit als praktisch und bewährt durchgeführt haben, treibt uns an, durch Wort und Schrift bekannt zu machen und zur Prüfung und Nachahmung unsern Lebensgefährten vorzulegen, um uns so durch den Austausch der Ideen einander näher zu bringen, zu ermutigen und einer von dem andern zu lernen.

Die photographische Versammlung enthält auch einige liebliche Familiengruppen und die Porträts einzelner Kinder. Mit wie unbeschreiblicher Freude mich dies entzückt, diese junge Welt, voll Hoffnung für die Zukunft, anzuschauen! Da ist ganz besonders unser Feld, wo wir zu arbeiten haben. O glückliche Väter und Mütter! Euch ist es vergönnt, Eure Kinder nach den einfachen Grundsätzen der natürlichen Lebensweise zu erziehen und sie zugleich gegen alle trügerischen Verlockungen der verdorbenen Welt fest zu machen! Wie werden sie es Euch einst noch im Grabe dan-

ken! Ihr habt ihnen die beste Erbschaft hinterlassen: eine kräftige Gesundheit, einen frischen, lebendigen Selbsttrieb zur Arbeit und ein liebendes, warmes Herz für ihre Mitmenschen. Ihr lehret ihnen die wahre Oekonomie des Lebens, das grosse, nun entdeckte Geheimniss des richtigen Verhältnisses der täglichen Ein- und Ausgabe im menschlichen Organismus, damit alle Lebensfunctionen normal von Statten gehen.

Rein, wie der Bergcrystal; schön, wie der Schmetterling in seiner Farbenpracht; lieblich, wie die würzig duftende Blume; fröhlich, wie der Vogel in Wald und Feld; fest, wie die starke Eiche dem Sturm trotzend, — Alles ein liebliches Spiel, ein erhabenes Gebilde nach den Gesetzen der ewig schaffenden Natur —, so sollen auch Eure Söhne und Töchter die lebendigen Zeugen der Erziehung einer naturgemässen Lebensweise sein. Wie das Kornfeld uns seine gold'nen Aehren zur Ernährung, der Baum seine reifen Früchte zur Erquickung darreicht, so soll auch unsere wohl erzogene Jugend zum Heil und Segen ihrer selbst und der Menschheit leben und wirken! —

Das Album hat auch noch in anderer Beziehung seinen Nutzen. Manche Personen, denen ich es zeige, fragen verwundert und zweifelnd, ob denn die Bilder sämmtlich von Vegetarianern wären: „Ich glaubte“, sagte neulich eine sonst liebe und brave Frau, „die Vegetarianer müssten alle sehr mager und schwach von Körper sein, da sie kein Fleisch essen; doch nun sehe ich, dass das nicht der Fall ist, die meisten haben ein recht volles, frisches, kräftiges Aussehen!“

Dies giebt dann Gelegenheit, über die Grundsätze der natürlichen Lebensweise zu reden, sowie mein Weizenbrod zu kosten zu geben. So fällt hier und da ein Körnlein auf guten Boden, namentlich wenn Kinder dabei sind. Diese horchen stets mit gespannter Aufmerksamkeit und kommen ohne grosse Schwie-

rigkeit auf meine Seite, weil ich den Früchten das Wort rede. — Man darf natürlich nicht müde und noch weniger ungeduldig werden, wenn man Widerspruch erfährt und Gegensätze zu bekämpfen hat. Waren wir doch früher selbst mehr oder weniger in jenem ranzigen Vorurtheil befangen und in einer naturwidrigen Lebensweise aufgewachsen.

Manchem Vegetarianer freilich ist's leicht geworden, sich vom alten Schlendrian und den übeln, anerzogenen Gewohnheiten frei zu machen. Doch bei andern ist das nicht der Fall: sie bedürfen, um in den natürlichen Weg einzulenken und darauf fort zu gehen, einer beständigen Anregung und eines kräftigen Führers; wo nicht, so bleiben sie auf halbem Wege stehen, und es bedarf oft nur eines geringen Umstandes, vielleicht nur das Zureden eines alten Bekannten, — und sie kehren wieder in das alte Lager der Wein- und Bierstuben, Kaffee- und Theegesellschaften, der Fest- und Fressgelage, zu den pestilenzialischen Leichenhallen, zum Thiermord-System und den damit zusammenhängenden Lastern zurück. — Zum Glück werden wir in unserm Vereinsblatte nur selten solche Fälle zu berichten haben: denn Jeder, der zu uns tritt, mag sich vorher erst selber prüfen, sich mit unsern Grundsätzen bekannt und sofort eine Probe machen.

Fühlte er sich vorher, als Einzeln, auch noch schwach und schwankend, im Verein wird er sich stark fühlen und rüstig vorwärts gehen, um später selbst als Beispiel zur Nachahmung zu dienen. Jedes Mitglied unseres Vereins soll daher nicht bloß hören und lesen, nicht bloß empfangen, sondern selbst thätig, vorwärts strebend und treibend zum Ganzen, mit Leib und Leben, mit Geist und Herz das Seinige beitragen. Nur wo ein einiges Streben, da ist das wahre Leben!

Wenn wir eine Sache ohne irgend ein besonderes Interesse zu einem guten

nate in England und Schottland, er besuchte die 14 bedeutendsten Städte und predigte oder hielt Vorlesungen vor Alt und Jung, vor Vornehmen und Geringen, vor dem Volke und in auserlesenen oder wissenschaftlichen Kreisen, über alle Gegenstände des Volkswohls, der Erziehung der Beförderung des Friedens, der Mässigkeit, der wahren Humanität. Er hatte noch Einladungen von 50 andern grossen Städten, denen er nicht nachkommen konnte. — Er wurde von der Königin Victoria zu Osborne empfangen, welche ihm ein vegetarisches Frühstück vorsetzen liess, und sich nebst der Prinzessin Luisa lange mit ihm unterhielt; dass die Unterhaltung eine anregende gewesen, lässt sich daraus entnehmen, dass die Königin die Photographien des Indiers und seiner Gattin gewünscht und ihm ihr eigenes Bildniss geschenkt hat nebst zwei Büchern (Tagebücher der Königin) mit eigenhändiger Widmung. — Chunders Sen ist ein Hindu-Reformator, Missionar der theistischen Kirche in Indien. „Gott ist der Vater aller Menschen, und alle Menschen sind Brüder“, das ist der Inbegriff seiner Lehre, und ein besseres Verständniss zwischen Osten und Westen anzubahnen, war der Zweck seiner Reise. Die in England gehaltenen Vorträge sind gedruckt und füllen zwei Bände, und wo die Wahrheit den Engländern bitter war, ist sie durchaus nicht versüsst. Der Fluch des Handels mit Spirituosen, das Elend in Indien, die fürchterliche Armuth in London u. s. w.; er zeigt Alles nach Ursache und Wirkung im rechten Lichte und u. A. sagt er über die englischen Gastmähler, „sie kommen mir immer wie eine Jagdpartie vor, desshalb scheint mir, gehen auch die Damen nur im Schutz der Herren in den Speisesaal. Ich war erschreckt, Wild und Vögel auf dem Tische zu sehen, hergestellt, als ob sie augenblicklich wieder lebendig werden könnten. Mein Fleisch

schaudert auf den Knochen, wenn ich ein ungeheures Stück englischen Roastbeefs sehe — fahret so fort und Ihr werdet Euch bei Tisch noch fürchten müssen, einer vor des andern Gesellschaft.“ — Aber trotz der bitteren Wahrheiten hat die reine Menschenliebe ein lautes Echo gefunden und in einer Abschiedsrede konnte der Indier sagen: Ich bin nur ein armer Mann, arm an Schätzen, arm an Weisheit — aber reich durch die unbegrenzte Güte und Freundlichkeit, die ich bei Euch allgemein gefunden, durch die Sympathie, die mir der Höchste wie der Niedrigste bewiesen.

Zu einer anderen interessanten Episode hat eine Französin die Veranlassung gegeben. Durch den Krieg nach England vertrieben, klagte sie in den Zeitungen über die schlechte englische Küche, die aus 3 Pfund des besten Fleisches nur ein Gericht von Leder fertig kriege, während jede Französin mit 1 Pfund Fleisch und einer Handvoll Kraut ein Dutzend schmackhafte Gerichte bereiten könne. Darauf antwortete ein Vegetarianer, Herr J. A. Mowatt in Dublin (Irland), dass er täglich mit 10 saftigen ausgezeichneten Gerichten dienen könne, selbst ohne ein Pfund oder nur einem Gran Fleisch. Er hätte Weihnachten einen grossen Familienzirkel bei sich gesehen, wo auch nicht ein Loth Fleisch, Fisch oder Geflügel aufgetischt sei und doch hätten Alle anerkannt, dass sie selten so gut und wohlschmeckend gespeist hätten. Das ginge doch noch über die Französin! Uebrigens sei die Sache sehr einfach und seine Gattin werde sich ein Vergnügen daraus machen, andere Hausfrauen, einerlei welches Standes, das Nähere über vegetarische Küche mitzutheilen. — Die Folge davon ist dann ein solcher Sturm von Briefen gewesen, dass Mrs. Mowatt genöthigt gewesen ist, eine entsprechende Antwort drucken zu lassen und mit einem kleinen vegetarischen Kochbuche allen Applikantinnen zuzusenden. In 10 Tagen waren über 300 Briefe eingegangen,

auf welche Mrs. Mowatt mit Beistand ihres Sohnes und ihrer Tochter die Antwort expedirt hat. — Da muss doch einiger Erfolg zu erwarten sein! —

Im Allgemeinen wirkt die Gesellschaft durch Versendung ihrer Zeitschrift an Volksbibliotheken und Lesevereine, durch gelegentliche Zeitungsartikel und Vorträge befähigter Redner. Neben der vegetarischen Agitation wird stets Nachdruck gelegt auf die Enthaltung von spirituosen Getränken und auf Schutz der Thiere.

So ist zu Hurlingham ein nationales Vergnügen im Schwunge, wobei vornehme Herren eine Anzahl Tauben im Fluge niederschliessen und auf jeden Schuss grosse Wetten machen, an welchen sich das Volk in weitesten Kreisen betheilt. Trotz des nationalen Characters dieser „Sports“ bricht sich der gesunde Sinn Bahn und verdammt sie als „Aristokratische Brutalität“ und so ist es immerhin möglich, selbst gegen das nationale Vorurtheil zu siegen. Doch es geht langsam, wie jeder Fortschritt.

Viel bleibt zu thun, hüben wie drüben. Es ist erhebend, zu wissen, dass in der Schwesternation dieselben Ziele treu verfolgt werden. Darum Freundesgruss den Brüdern jenseit des Kanals!

A. v. S.

Brief eines Unbekehrten.

Von J. H.

Mein Herr! Vielleicht zögern Sie, die Meinung eines Unbekehrten in Ihr Blatt aufzunehmen. Da ich Sie indess allen Ernstes versichern kann, dass mich Ihre Bestrebungen lebhaft interessiren und ich mich bemüht habe, mich mit Ihrer Literatur eingehend vertraut zu machen; da ferner eine ehrliche Discussion Ihrer Sache doch gewiss nicht nachtheilig sein kann und sie in der Lage sein muss, den Widerspruch zu ertragen, so hoffe ich Ihre Bedenken beseitigt zu sehen.

Ich habe den Vegetarianismus durch sechs Monate praktisch versucht und

vieles darin gefunden, was allgemeine Aufnahme verdiente. Die ganze ihm zu Grunde liegende Idee: die Vereinfachung der menschlichen Bedürfnisse, ist eine sehr beachtenswerthe. Alle Ihre Consequenzen aber zu unterschreiben, trage ich noch Bedenken, auf die ich später komme. Erlauben Sie mir, meine Ansichten für und gegen Ihnen mitzutheilen:

Es bleibt immer misslich, dass Sie sich Vegetarianer nennen müssen.¹⁾ Dieser Name erzeugt Missverständnisse überall und drückt das, was Sie wollen, nicht vollständig aus. Ist denn vegetabilische Kost das einzige Ideal Ihres Lebens? Es ist wahr: vegetus, vegetare drückt mehr aus; aber man kann dem „Vegetarianismus“ doch nicht eine etymologische Titelstudie anhängen und die Mehrzahl derer, die davon hören, begnügt sich nun einmal mit dem Glauben: dass ein wunderlicher Küchenzettel, ohne Fleisch, Bier, Wein u. s. w. Ihr Lebensprogramm bilde.

Die weitere Bedeutung der vegetarischen Idee, das Verständniss der naturgemässen Diät für Körper, Seele und Geist, ist ja überhaupt keine so zu Tage liegende Sache, dass man sie in eine landläufige Phrase bringen und dem Ersten Besten sofort klar machen könnte. Dieses Verständniss gewinnen selbst eifrige „Vegetarianer“ erst nach langer Arbeit und es bildet gewissermassen den höheren Grad für die Eingeweihten, der aber nicht durch die Mittheilung irgend welcher Symbole und Nichtigkeiten, sondern durch nachhaltige Denkarbeit und strenge Erziehung des inneren und äusseren Menschen gewonnen wird.

Tant de bruit pour une Omelette — sagen die Gegner. Naturgemässe Diät für Körper und Geist — vernünftige

¹⁾ Wir nennen uns „Freunde der natürlichen (oder naturgemässen) Lebensweise“, und nebenher Vegetarianer, um des historischen Zusammenhangs willen. Siehe Ver.-Bl. S. 150. D. Red.

Lebensweise! Leben wir denn unvernünftig? Kann man nicht, wie es seit Jahrtausenden geschieht, Fleisch essen und dabei doch Körper und Geist in vortrefflicher Verfassung bewahren? Bietet uns die Natur denn nicht ihre Annehmlichkeiten zum Genusse dar; sollen wir sie irgend einer Grille zulieb mit wässerigem Munde von der Hand weisen? — Ja — sagen jene — in der That, wenn Genuss des Lebens und der Dinge dieser Welt den Kernpunkt menschlicher Weisheit ausmacht; wenn die Höhe der Kultur durch den „Consum“ allein und die feine Küche bestimmt wird und Brillat-Havarin der Philosoph des Jahrhunderts wird: dann sind die Vegetarianer im Unrecht und unsere Söhne und Töchter mögen ihren Eigensinn, ihre Schwärmerie für einfache Freuden und mässige Genüsse mitleidig belächeln.

Der Streit, der heute über den Vegetarianismus geführt wird, beginnt weit früher. Leben wir nur für heut und morgen, oder für die Ewigkeit? Es hat zu allen Zeiten Menschen gegeben, die die Bestimmung ihres Geschlechts nicht ausschliesslich im irdischen Genusse sahen, die vielmehr an eine Bestätigung der menschlichen Willensfreiheit, an die Pflicht sittlicher Veredlung und Vervollkommnung unseres Characters und an die Möglichkeit eines unbegrenzten Fortschritts der intellectuellen und sittlichen Vortrefflichkeit glaubten. Für Menschen dieses Schlages verliert der gegenwärtige Genuss ein gutes Theil seiner Bedeutung und sie werden eine naturgemässe Diät für die beste Brücke zu einer höheren Erkenntniss, zu einem wahrhaft menschlichen d. h. göttlichen Leben ansehen, gleichviel ob sie sich zu den Grundsätzen der Vegetarianer formell bekennen oder nicht.

Die guten und grossen Menschen aller Jahrhunderte legen für diese Wahrnehmung Zeugniss ab. Hören wir, was ein amerikanischer Geistlicher, der be-

rühmte Dr. Channing, darüber sagt. In einer seiner klassischen Predigten „über Selbstverleugnung“ entwickelt er die dem Menschen obliegende Pflicht: seine Begierden und sinnlichen Triebe zu beherrschen und zu zähmen. „Sie sollen nicht ausgerottet werden, aber sie sind in strenge und völlige Unterordnung unter unsere sittlichen und vernünftigen Kräfte zu bringen.“ — „Von diesen Trieben“, fährt er fort, „gilt, dass sie ihr leitendes Gesetz nicht in sich tragen. Sie sind blinde Antriebe. Lasset ihre Gegenstände vor sie hintreten und sie werden eben so leicht erregt, wenn der Genuss schädlich, als wenn er heilsam ist. Wir sind z. B. nicht so verfasst, dass wir nur für solche Dinge Hunger und Durst empfinden, die nahrhaft und gesund sind, und dass wir im Augenblick, sobald wir genug gegessen und getrunken, allen Hunger und Durst verlören. Wir sind nicht so gemacht, dass das Verlangen nach Besitz nur dann entstände, wenn Besitz durch edle Mittel kann erlangt werden, und dass es alsobald abnähme und stürbe, wenn wir genug erlangt haben für uns selbst und um Gutes zu thun. Unsere Begierden sind urtheilslose Instinkte, im Allgemeinen auf das Nützliche gerichtet, oft aber nach einer Befriedigung verlangend, welche die Gesundheit verletzen, den Geist schwächen oder dem allgemeinen Guten widerstreben würde, und diese Blindheit der Begierden macht die Forderung der Selbstverleugnung dringend und beständig.“

„Gehen wir weiter. Unsere Triebe und Begierden haben in sich ein Prinzip des Wachstums, ein Streben nach Erweiterung. Sie breiten sich aus, wenn man ihnen nachgibt, und wenn sie nicht beschränkt werden, füllen und erschöpfen sie die Seele, und darum eben sind sie streng zu überwachen und zu verleugnen. Den Begierden des Thieres hat die Natur Schranken gesetzt; nicht so der menschlichen Begierde, welche Theil

hat an der Unbeschränktheit der Seele, zu welcher sie gehört. In den Thieren z. B. treiben die thierischen Triebe zu einem gewissen Kreise einfacher Befriedigungen, über den hinaus sie nicht gehen. Aber der Mensch mit seiner Einbildungskraft und Erfindung ist durch diese edlen Kräfte im Stande, seine sinnlichen Begierden ohne Ende zu weiden. Er ist fähig, neue Verknüpfungen sinnlicher Ergötzungen zu bilden, und das Verlangen durch Reizmittel hervorzurufen. Der Osten giebt seine Gewürze heraus und der Süden hält seine Weinlesen nicht zurück. Meer und Land werden zu Ueppigkeiten geplündert, und während das Thier seine Nahrung in wenigen Pflanzen findet, vielleicht in einem einzigen Blättchen, stöhnt des Menschen Tisch unter dem Raube aller Länder und die Folge davon ist, dass in nicht wenigen Fällen die ganze Kraft der Seele sich in die Begierde hineinzieht, gerade wie mancher reiche Boden in giftige Kräuter aufschiesst, und der Mensch, die vernünftige Kreatur der Gottheit, artet in durchgängige Sinnlichkeit aus.“

„Es ist eine anziehende und ernste Betrachtung, dass eben das, was die Menschennatur adelt, auch das Mittel und Werkzeug ihrer Erniedrigung werden mag. Die Kräfte, welche uns an Gott knüpfen, wenn sie in den Dienst der Neigung und Begierde herabgedrückt werden, erweitern die Begierde zu riesenhafter Ausschweifung und stacheln die Lust bis zur Wuth. Die reissende Schnelligkeit des Gedankens, der Reichtum der Einbildungskraft, die Hülfquellen der Erfindung, wenn sie die Slaven einer Leidenschaft geworden, geben dieser eine Ausdehnung und Macht, welche den untergeordneten Naturen unbekannt ist, und in demselben Verhältniss, in welchem dieser Fremdherrscher seine Gewalt über uns befestigt, sterben alle die edleren Errungenschaften und Leistungen der Seele dahin. Wahrheit, Tugend, Ehre, Religion,

Hoffnung, Glaube, Liebe, sie sterben dahin. Hier sehen wir die Nothwendigkeit der Selbstverleugnung. Die niederen Prinzipien unserer Natur werden nicht bloß blind, sondern, wenn vernachlässigt, wachsen sie in's Unbeschränkte und überschatten, sie verderben und zerstören jedes Bessere, was aufwachsen will.“

Die Nothwendigkeit der Selbstverleugnung zugegeben, bleibt nur noch die Frage: warum wurden uns diese blinden Begierden erst zu Theil, wenn wir ihnen nicht folgen sollen? Channing begnügt sich nicht mit der Frage von der sündhaften Natur des Menschen. Er sieht einen göttlichen, dem Menschen heilsamen Zweck in dieser Einrichtung und wir können uns nicht versagen, auch diesen Theil seines Vortrages hier noch mitzutheilen.

„Es ist wahr, wie wir nun bereitet sind, führen unsere Neigungen und Begierden oftmals Krieg gegen Vernunft, Gewissen und Religion. Aber warum ist dieser Krieg verordnet? Nicht damit jene hohen Prinzipien ertödtet würden, sondern um sie zu wecken und zu kräftigen. Er ist dazu gemeint, ihnen ein Feld für ihre Thätigkeit, Gelegenheit zur Anstrengung und Mittel des Sieges zu geben. Wohl wahr, die Tugend ist auf diese Weise bekämpft und gefährdet, aber die Tugend verdankt ihre Stärke und Beständigkeit den Hindernissen und gewinnt ihre Krone nur im Streit. Ich behaupte nicht, dass Gott für den Character keine andere Uebungsschule hätte ausfinden können, als Versuchung, Prüfung und kräftige Begierde, aber das behaupte ich, dass der gegenwärtige Zustand eine passende und edle Uebungsschule ist.¹⁾ Ihr wolltet den Pfad der Tugend von Anfang an gebnet haben und mit Blumen bestreut, — würde dies die Seele zur Kraft erziehen? Ihr wolltet Vergnügen

¹⁾ „Lasset uns Uebels thun, auf dass Gerechtigkeit daraus folge?“ Römer 3.

überall zusammenfallend haben mit Pflicht, — wie würdet Ihr dann Euren Gehorsam gegen die Pflicht beweisen können? Ihr möchtet, dass Gewissen und Neigung immer dieselbe Sprache reden und denselben Pfad vorzeichneten, — wie würde dann das Gewissen seine Oberherrschaft bewahren können? Gott hat blinde Begierden eingepflanzt, die oft aufstehen gegen Vernunft und Gewissen, damit er diesen hohen Kräften die Würde der Herrschaft und die Freude des Sieges gebe. Er hat uns umgeben mit Nebenbuhlern seiner selbst, dass wir ihn auf freie Weise lieben und durch unsere eigene ungefesselte Wahl seinen Thron in unsern Seelen aufrichten sollten. Er hat uns kräftige Begierden nach niederen Dingen gegeben, damit die Begierde nach dem Vollkommenen kräftiger werde, denn sie alle. Machtet eine solche Welt, wie Ihr sie wünschet; keine Lust oder Leidenschaft widerstrebe je dem göttlichen Willen, kein Gegenstand der Begierde trete jemals in Streit mit den Pflichten — wo wäre die Entschlossenheit, die Kraft, die Beständigkeit, die Anstrengung, die Reinheit, das Unter die Füße treten niedriger Interessen, das edle Selbstaufgeben, die heldenmüthige Weise, alle die erhabenen Schönheiten der Tugend, welche jetzt über die Natur des Menschen ihren Glanz werfen und von seiner Unsterblichkeit zeugen? Ihr würdet die Vorschrift der Selbstverleugnung aus der Bibel und die Nothwendigkeit derselben aus dem menschlichen Leben vertilgt haben, aber, indem Ihr dies gethan, hättet Ihr auch in des Menschen Geschichte fast jede Seite ausgetilgt, die anziehend sein könnte.“ — „Klagen wir nicht über die Vorsehung, dass sie Selbstverleugnung nöthig gemacht hat, noch über die Religion, weil sie uns zu diesem Werke antreibt. Religion und Natur führen hier eine Sprache. Unsere eigenen Seelen geben hier der Lehre Christi Zeugnis, dass es der „schmale Weg der Selbstver-

leugnung ist, welcher zum Leben führt.“

Aber wie die Selbstverleugnung nicht das Leben selber, sondern nur der schmale Weg zum Leben ist, so ist auch Vegetarianismus, naturgemässe Diät und Alles was ihr anhängt, nur ein Mittel zum Zweck und nicht der Zweck selber. Wer sich daran genügen liesse, aus Oeconomie oder aus Interesse für seine Gesundheit eine vegetarische Küche zu führen ohne sich die tiefere Bedeutung und die Ziele dieser Lebensweise klar zu machen, der hat sie eben nicht begriffen. Die Andern aber mögen den Spott der Menge ruhig über sich ergehen lassen. Sie erfreuen sich einer Wahrheit, die sie für alle Opfer tröstet; — sie dienen dem Geist, der früher oder später den Widerstand der stumpfen Welt besiegt.

Man sprach davon, das Beweis-Material für den Vegetarianismus übersichtlich zu sammeln und alle dagegen vorgebrachten Einreden zu widerlegen. Ich halte das für eine unnütze Mühe. Es ist eine bedenkliche Sache, die Menschen durch Gründe überzeugen zu wollen.¹⁾ Das Schicksal aller hervorragenden Wahrheiten auf religiösem und sittlichem Gebiete bestätigt das. Das Christenthum hat so viel gute Gründe für sich.²⁾ Warum lassen sich die Juden, die sonst so verständig sind, nicht davon überzeugen? — Gründe wirken eben verschieden auf verschiedene Menschen, wie der electriche Strom nicht gleichmässig wirkt auf eine Platte von Holz oder Glas oder Eisen. Gründe verdanken ihre Stärke zum grossen Theile der geistigen Beschaffenheit derjenigen, an welche sie gerichtet sind. Was für den Einen ein Beweis ist, ist kein Beweis für einen Andern. Der evidenteste Beweis, der zu einer Zeit

¹⁾ Verachte nur Vernunft und Wissenschaft, so hab' ich Dich schon unbedingt — ich Mephisto!
D. Red.

²⁾ Was ist Christenthum??
D. Red.

triumphirt, wird oftmals in der nächsten Zeit kaum der Beachtung werth gehalten.“ Fehlt es der Mahnung zu einem vernunftgemässen Leben, zur Mässigkeit, zur Tugend, an Gründen? Sind diese Gründe für irgend Jemand, der sie zu kennen wünscht, ein Geheimniss? — Den guten Menschen aller Zeiten haben sie eingeleuchtet, den Thoren, den Schlemmern, den Unheiligen waren sie eine Narrheit.

Meine bisherigen Mittheilungen haben mich als einen Freund Ihrer Sache hinlänglich¹⁾ legitimirt. Sie werden mir nun gestatten, Ihnen diejenigen Gründe mitzutheilen, die mich zurückhalten, Ihrer Vereinigung bedingungslos beizutreten.

Sie stützen Ihre Propaganda für Pflanzenkost in der Hauptsache auf folgende Argumente: dass es unsittlich sei, Thiere zum Zwecke der Nahrung zu morden — dass der Fleischgenuss für Körper, Geist und Oeconomie nachtheilige Folgen habe — und dass sich die Pflanzenkost zu allen Zeiten und in allen Zonen als die dem Menschen naturgemässe Diät bewährt habe.

Ich wünschte Sie geneigt, mir ein Zugeständniss zu machen. Durch eine farbige Brille sieht man die Wege anders wie andere Leute. Der menschliche Verstand besitzt eine grosse Schmiegsamkeit, sich den auf ihn mit Konsequenz einwirkenden Ideen anzubequemen. Wer zehn Jahre seines Lebens hindurch sich in katholische Literatur vertiefen wollte, würde vielleicht ein guter Katholik werden. Und wer mit Theilnahme für die Sache, wie ich, fünfzehn oder zwanzig Ihrer vegetarischen Autoren liest, kommt leicht in die Verfassung, sich schleunigst zum Mitgliede Ihres Vereins zu melden.

¹⁾ Obgleich dies Citat aus Channing klingt, als solle es gegen unsere „Utopieen“ gerichtet sein. Es ist's aber nicht, denn die Entsagung, so weit sie vernünftig, bleibt auch uns Pflicht.
Die Red.

Man muss die Sache aber von verschiedenen Seiten ansehen und darf sich nicht begnügen, die Meinungen Ihrer Gegner nur aus den Abfertigungen kennen zu lernen, die Sie Ihnen ab und zu zu Theil werden lassen.¹⁾ Die möglichsten Zugeständnisse hat Ihnen Virchow gemacht; auch anderwärts finde ich hier und da beachtenswerthe Concessionen, die Sie aber nie befriedigen können, weil sie mit Zähigkeit an Ihrem Programme festhalten. Die Mehrzahl Ihrer Autoren ist geneigt, jede oft recht seichte wissenschaftliche Arbeit auf den Schild zu heben, wenn sie sich irgendwie als ein Zugeständniss für den Vegetarianismus deuten lässt, während sie die ernstesten Bestrebungen ignorirt oder lästert (?), die den Vegetarianismus nicht kennen oder ihm gar widersprechen. Offen gesagt, ich finde, dass in dieser Beziehung die Pflanzenkost Ihre Polemik nicht gerade so sanftmüthig macht, als man das nach Ihren eigenen Sätzen erwarten dürfte.

Was nun zunächst Ihren sogenannten Humanitäts-Beweis betrifft, so glaube ich nicht, dass derselbe überall Stich hält. Man kann sehr viel Sympathien für die Thiere haben und doch Fleisch essen (Schopenhauer). In dem Kampfe um's Dasein dient eine Gattung der andern, die niedere der höheren. Vergewärtige ich mir, wie dieser Satz sich sogar noch innerhalb der menschlichen Gesellschaft bestätigt, wie ein starker Bruchtheil derselben von der

¹⁾ Die einzige wissenschaftliche und leidenschaftslos eingehende Behandlung der Sache Seitens deutscher Gegner der Gegenwart ist Virchow's Schrift. Meine Gegenschrift ist dem Referent, wie es scheint, unbekannt. Wenn einzelne Vegetarianer sich bis zu „Lästerungen“ wirklich verirren, so ist das ihre Sache. Wollen Sie damit das System bekämpfen?? Dann kann ich mit einem Sortiment „Lästerungen“ seitens der Aerzte etc. gegen uns dienen, die ihres Gleichen sucht. Doch wozu diesen Schmutz?
Die Red.

Minorität ausgenutzt wird und unter Noth und Entbehrungen ein kümmerliches Dasein fristet; — vergegenwärtige ich mir, wie weit zurück die Menschheit heute noch in den Elementen der Bruderliebe ist, wie sie sich auf den „Feldern der Ehre“ um nichtiger Zwecke willen zu Tausenden hinmordet: dann erscheint mir das Interesse für die Erhaltung der Hammel und Ochsen wie eine schwächliche Sentimentalität, deren Verwirklichung auf die Veredlung der Menschheit schwerlich den beabsichtigten Effect üben wird.¹⁾

Sie schliessen dem Humanitäts-Beweise auch den Nachweis an, dass der Fleischgenuss schädlich, kostspielig u. s. w. sei. Ich finde allerdings von vielen Aerzten bestätigt, dass der Genuss kranker Fleisches die Ursache einer Menge von Krankheiten sei. Ich bin auch überzeugt, dass auf unsern Fleischmärkten eine Menge kranker Fleisches verkauft wird. Sind wir denn aber bei Pflanzenkost ganz sicher? Dass die Kartoffeln in manchen Jahren recht nachhaltig krank werden, ist bekannt und es lässt sich nicht bezweifeln, dass der Genuss kranker Kartoffeln dem Organismus auch schädlich sein müsse. Ob die Cerealien und Früchte aber, die wir ausserdem geniessen, immer gesund sind, wissen wir nicht; und käme es wirklich ein Mal zu allgemeiner Pflanzen-Diät, so wird man der Untersuchung der Aepfel und Birnen, des Getraides u. s. w. dann vielleicht die-

¹⁾ Nach dieser Logik ist es auch schwächliche Sentimentalität, wenn der Mensch Bedenken trägt Menschenfleisch zu essen, zumal es sehr schön von Geschmack sein soll, und nicht abzusehen ist, warum so viel edler Stoff „unkommen“ soll und überdem berühmte Autoritäten es verteidigen.

Die Psychologie lehrt im Gegentheil, dass das Carnivorenthum zur Grausamkeit erzieht; die Hartgesottenern spüren es freilich nicht mehr was es heisst, die Thiere „aus Liebe auffressen“, aber an den Kindern kann man das psychologische Gesetz oft rein und schön beobachten.
Die Red.

selbe Aufmerksamkeit widmen müssen wie jetzt dem Schweinefleisch. Der menschliche Magen hat die glückliche Fähigkeit, eine Menge Schädlichkeiten im Allgemeinen gut zu überwinden und das möchte auch darauf hindeuten, dass er nicht bloss Vegetarianern zu dienen braucht. Kein Ausdruck hat eine so relative Bedeutung wie der Ausdruck „Gift“. Für denjenigen, der sie nicht vertragen kann, sind Bohnen oder Erbsen ein Gift, für einen andern Gurken oder Salat. Der Geschmack ist ebenso verschieden wie die Fähigkeit, gegebene Nahrungsmittel gut zu verdauen. Ein strenger Vegetarianer bebt vor dem Gift der Cigarre, eines Glases Rheinwein oder einer Tasse Bouillon zurück und Millionen Andere werden alt dabei und bleiben — gesund. Gerade in dieser Richtung liegt meines Erachtens die Uebertreibung.¹⁾ Es kann ja Nichts dagegen erinnert werden, dass dem Einen Wurzeln, Rüben, Aepfel besser schmecken als Gänseleber-Pasteten und dass er Wein oder Bier und Cigarren nicht leiden mag. Niemand wird ihn hindern, seinem Geschmack und seinem Geldbeutel zu liebe zu leben wie er will. Es hat von Alters her Vegetarianer gegeben und wird immer welche geben; Einzelne von ihnen haben sich sogar in Bezug auf Geisteserzeugnisse oder moralisches Handeln, sehr ausgezeichnet. Andererseits giebt es Millionen Fleischesser, darunter gleichfalls hervorragende Capacitäten und edle Menschen, die diese Prävalenz behauptet haben trotz Fleischbrühe, Tabak und Alkohol. Bei dieser Vergleichung bleibt dann nur die Vermuthung übrig: Was hätte die Welt leisten können für Kunst, Wissenschaft, Religion und Sitte, wenn die Menschen „die Thierleichen“ nie angerührt hätten! (Jawohl! Die Red.)

Ich will an dieser Stelle auf die Widerlegung desjenigen nicht eingehen, was

¹⁾ Vielmehr die Selbstverführung. Obstatinitis.
Die Red.

über den Einfluss des Vegetarianismus auf die geschlechtliche Selbstbeherrschung behauptet wird. Wer das letztere Problem genauer studirt, dem wird kein Zweifel bleiben, dass dieser Einfluss des Vegetarianismus entweder nie sichtbar wird oder dass er ihm auf Kosten einer gewissen Moral nachhelfen muss. Die geschlechtliche Selbstbeherrschung ist dieselbe Hieroglyphe wie Malthus' moral restraint und Carny's „Anbequemungs-Theorie.“ Hätte sie in der That den Effect, den sie ankündigt und käme der Vegetarianismus ein Mal allgemein in Aufnahme, dann wird die Liebes-Poesie künftiger Jahrhunderte sich in einer ganz andern Sphäre bewegen wie bisher. Statt der Reize der Geliebten werden die Poeten die reizlose Diät und die kalten Abreibungen besingen. (Wohlfeiler Spott statt Gebeweis. Die Red.)

Die Frage der Oekonomie löst sich von selber. (? Die Red.) Wem das Fleisch zu theuer ist, der isst wenig und deshalb sind ja allerdings fast ⁵/₁₀ der Menschheit unfreiwillige Vegetarianer. Ob indess der Vegetarianismus berufen ist, die sociale Frage zu lösen, ist eine andere Frage. Die bisherige Oekonomie nahm an, dass es darauf ankomme, die Genussfähigkeit des Menschen zu heben — ihn zu bewegen, recht viel zu consumiren. Ich will das ebenso wenig durchweg als richtig unterschreiben wie die Entsagungsratschläge (der Herr Referent predigt ja oben selbst die Entsagung. Freilich, er möchte uns nur die falsche Entsagung importiren! Die Red.) der Vegetarianer. Dem Landmann, dem städtischen Arbeiter ist Abends nach des Tages Last und Mühen eine Pfeife Tabak und ein Glas Bier ein unzweifelhafter (kein eingebildeter) Genuss. Wenn er Vegetarianer wird, sollen an die Stelle dieser „unreinlichen Angewohnheiten“ edlere Vergnügungen treten. Was wird er also thun? Vielleicht

den Pythagoras oder die Thalysie lesen — oder spazieren gehen?¹⁾

Ich selbst, der ich in äusserlich geordneten und gefälligen Verhältnissen lebe, ich gestehe offen, dass mir die vegetarianische Diät zu reizlos ist. Ich habe, wie ich schon früher bemerkte, das Experiment streng und consequent durch sechs Monate gemacht. Es war mir eine Freude, dass es ging und wäre ich geneigt gewesen, hätte es recht gut noch länger gehen mögen. Ich räume auch ein, dass der Einfluss dieser Diät auf Körper und Geist ein durchweg wohlthätiger war. Doch ist zu bemerken, dass mich die Jahreszeit unterstützte. In den Sommermonaten ist es nicht so schwer, Vegetarianer zu sein, aber Schwierigkeiten kommen zum Winter, wo „die Bowle des frischen Aethers“ ungeniessbar wird und die Neigung nach einem Schluck, kräftigen Biers und einer Cigarre sich in müssigen Dämmerstunden recht empfindlich meldet. Glauben Sie nicht, dass ich mich dieser Schwäche freue. Es ist ein Unglück, dass wir die (diese! Die Red.) Reizmittel nicht entbehren aber tragen wir die Schuld?²⁾ Zu einem naturgemässen Leben würde noch Mancherlei gehören, was sich bei der heutigen Weltordnung nicht durchführen lässt. Vor allen Dingen müsste Jeder eine seinen Neigungen, Kräften und Fähigkeiten entsprechende Arbeit haben, denen in regelmässigen Zwischenräumen wieder eine Zeit der Erholung und Ruhe folgen müsste. Wie wenig naturgemäss aber in dieser Richtung gelebt wird und — leider — gelebt werden muss, das wissen wir alle. Wer von uns ist so glücklich, die Zeit seiner Arbeit und Musse frei zu wählen,

¹⁾ Das ist allerdings ein summarisches Verfahren, die sociale Frage zu beseitigen. Warum wiederlegt der Herr Referent nicht unsere vorgetragenen Gründe? Die Red.

²⁾ Wer denn? Die Red.

auch nur ihre Dauer zu bestimmen! Was lässt sich dagegen sagen, wenn man nach einer anstrengenden, körperlichen oder geistigen, oft geisttödtenden Arbeit, dem heruntergestimmten Nervensystem mit einem Glase Wein, oder Bier, oder einer Cigarre, ein wenig nachhilft! Freilich ist es Gift — in diesem Falle aber ein heilsames. (Bitte um Beweis. Die Red.) Der Alkohol und der Tabak beherrschen mich zwar nicht und ich kann sie entbehren: aber ich halte sie unter Umständen, in mässigen Quantitäten genossen, für eine dem erschöpften Organismus wohlthätige Anregung, deren Versagung sich in solchem Falle doch kaum rechtfertigen lässt. ¹⁾

Alles in Allem: die Frage der Ernährung ist eine höchst wichtige, nur die Erörterungen darüber scheinen noch lange nicht abgeschlossen. Es ist mir nicht zweifelhaft, dass die Diät der Zukunft von den Grundsätzen der Vegetarianer Manches in sich aufnehmen — dass auch in dieser Frage der Fortschritt zwischen den beiden Extremen sich in der Diagonale halten wird, dass aber der Fleischgenuss gerade die Angel für die diätetische Reform bilde, kann ich nicht zugeben. ²⁾ Man braucht als Carnivor kein blutdürstiger Wüthrich zu sein — und man kann andererseits nur Blumenkohl und Früchte essen, und dabei doch ein ziemlich ungeniessbarer Geselle sein. — Die ganze Sache scheint nicht danach angethan, eine allgemeine Reform einzuleiten. Sie bedeutet nur, dass auch jetzt noch einzelne Menschen im Inter-

¹⁾ Der Herr Referent wird wohl selbst zugeben, dass dies Alles subjective Behauptungen sind, denen wir unsere entgegengesetzten gegenüberstellen können; dieser Subjectivismus ist eine endlose Kreisbewegung. Aus ihr muss man heraustreten, wenn man weiter kommen will. Die Red.

²⁾ Ein bündiger Gegen-Beweis würde uns sehr willkommen sein. Eine Phrase, wie die folgende, kann doch hierfür nicht gelten wollen. Die Red.

esse ihrer Gesundheit oder aus Gründen der Sittlichkeit oder der Oekonomie vorziehen, sich von Pflanzen ausschliesslich zu nähren. Sie bedeutet bei einigen andern eine müssige Quälerei, um nicht dem Vorwurfe der Inconsequenz zu verfallen. Weder diese noch jene werden ihr Beispiel an den leidigen Gewohnheiten der Welt viel ändern. Schliesslich bleibt wahr, dass verschiedene Wege zum Frieden führen: Die „Frommen“ fühlen sich in ihrer Weise wohl — die Mormonen — die Vegetarianer; Jeder dem es gelingt, eine Wahrheit (oder was er dafür hält) in sich aufzunehmen und mit Treue festzuhalten. Habeant sibi sua! ¹⁾

Die Macht der Idee.

Die auf der Fleischkost erwachsenen Familienväter werden in der Regel die Naturdiät unwillig von sich weisen. Die ihnen zur Gewohnheit gewordene Unnatur ist stärker als alle Vernunftgründe. Dieselben zu bekehren, ist meist verlorene Mühe. Es liegt jedoch ungemein viel daran, sie für das Prinzip geistig empfänglich zu machen. Man vermeide jeden Proselitismus und jede Zudringlichkeit, lasse auf die letzt ihre alten Gewohnheiten ungestört und trachte bloß durch Toleranz, Beispiel und triftige Gründe sie zu theoretischen Freunden der Naturdiät zu gewinnen. Wie viele haben zu unserm Regime den ersten Anlauf genommen, sind ihm jedoch früher oder später untreu geblieben. Wie viele giebt es, die in der Theorie uns beistimmen und nur vor der Praxis erschrecken. Auch diese Theoretiker sind für die Verbreitung unseres Lebensprinzips höchst nützlich. Einen Ab-

¹⁾ Wir haben geglaubt dem Vorstehenden Raum geben zu sollen um nicht parteiisch zu erscheinen. Für unsere Freunde wird der Scharfsinn, der zu seiner Existenz Alkohol und Tabak bedarf, auf objective Erkenntniss aber ausdrücklich verzichtet, einer eingehenderen Besprechung nicht bedürfen. Habeant sibi sua. Die Red.

trünnigen zu necken, heisst ihn auch der Gesinnung nach zu entfremden suchen, heisst der eigenen Sache schlecht dienen. Wenn sie selbst zu schwach sind, nach der inneren Ueberzeugung zu leben, so werden sie wenigstens ihre Kinder oder Angehörigen einem naturgemässeren Leben zuwenden, werden in vielen Lebensvorfällen kraft dieser inneren Gesinnung vieles weniger schlecht machen, als sie sonst gethan hätten. Mancher Vater anerkennt das Rauchen, das Trinken als schädlich, kann zwar selbst davon nicht lassen, um so eifriger ist er jedoch bemüht, seine Kinder von diesen üblen Gewohnheiten abzuhalten. Wer einsieht, dass gebeuteltes Mehl eine unvollständige Nahrung ist, wird zwar vielleicht selbst den verdorbenen Magen an das ungebeutelte nicht gewöhnen wollen; er wird es aber nicht ungern sehen, wenn seine Kinder an der Hausmannskost vorlieb nehmen. Wer sich nun also nur einigermaßen von der Schädlichkeit der Fleischnahrung überzeugen lässt, wird, wenn nicht selbst darin mässiger, wenigstens sein dagegen abgeneigtes Kind nicht strafen und zwingen.

Ist ja die Tugend selbst ein Ideal, von der wir im Leben sehr weit entfernt stehen. Und doch wagt Niemand die Wohlthätigkeit dieses Begriffes zu bezweifeln.

Obwohl nicht echt tugendhaft (nur Heuchler sind es!), sind wir doch — Dank der vorschwebenden Idee — im Leben besser, stiften hie und da manches Gute, meiden viel Böses. Man halte es für Gewinn, theoretische Gesinnungsgenossen zu finden und sei

ihnen dankbar für den Dienst, den sie unserer guten Sache durch die Macht der Idee erweisen. Der Verfasser dieser Bemerkungen hat zwar manchen Abtrünnigkeitsfall erlebt, hält jedoch selbst seit mehreren Jahren desto fester an der naturgemässen Diät.

Nadworna, am 29. Mai 1871.

K. St. i.

Zur Pockenfrage.

Die Impfwuth mit ihren verderblichen Folgen beruhet wesentlich auf der Furcht vor der Entsetzlichkeit der Pockenkrankheit. Diese Furcht ist nicht ohne Grund bei der herrschenden verkehrten Pockenbehandlung, die das Pockengift im Kranken, im Krankenzimmer u. s. w. festhält, statt es zu vertreiben. Bei vernünftiger Behandlung der Pockenkranken, zu der vor Allem **stetige** und starke Lüftung des Krankenzimmers gehört, ist die Krankheit mild, hinterlässt keine Blatternarben und verliert alle Schrecken. Das Nähere lehrt Dr. med. Oidtmann in seinen bezüglichen Schriften, die wir in voriger Nummer schon anzeigten und seitdem weiter erschienen sind, auch durch die öffentlichen Blätter von ihm mit lobenswerther Humanität thunlichst verbreitet werden. Von 50 Pockenkranken, nach dieser Methode behandelt, starb nicht Einer, ein 51. starb weil er an Alcoholismus krank war! Der „Düsseldorfer Anzeiger“ enthält ausführlichen Bericht des Dr. Oidtmann über diese Thatsachen an die Regierung zu Aachen, die ihn dazu aufgefordert hat. E. Baltzer.

Ueber Zeit und Ort des nächsten **Vereinstages** hat der Berliner Vorstand noch keine Bestimmung getroffen. Es scheint dem Wunsche Vieler Rechnung getragen zu werden, den Spätsommer dazu zu wählen.

La reforme medicinale ou l'ami du peuple (Réd. Guignard, médecin) kann als ein unseren Principien holdes Blatt empfohlen werden. Es erscheint Launi sanne.

Die Zukunft des Vereinsblattes

hängt von der ferneren Betheiligung an demselben ab. Mit Nr. 31 beginnt der vierte Jahrgang. Im Buchhandel wird die Fortsetzung regelmässig erfolgen. Wer es vorzieht durch Einsendung des Abonnements an mich das Blatt durch die Post sofort zu beziehen, wird um erneute Bestellung, sofern sie nicht schon geschehen ist, hierdurch freundlichst ersucht. Preis für den 4. Jahrgang (Nr. 31—40) 20 Sgr. Durch weiteren Neudruck einzelner Nummern bin ich in den Stand gesetzt, auch die früheren Jahrgänge à 20 Sgr. resp. einzelne Nummern à 2 Sgr. zu liefern. Um freundliche Unterstützung und Verbreitung des Blattes ersucht Nordhausen am Harz, Juni 1871. **Eduard Baltzer.**

Zugleich wird offerirt und versendet:

Die sittliche Seite des Vegetarianismus. Vortrag in Berlin, von Eduard Baltzer. 2 Sgr.

Das vegetarianische Kochbuch, mit Vorwort von Ed. Baltzer. 3. Auflage. 6 Sgr.

(Vegetar.) **Adressbuch** von L. May. 2 Sgr.

Zur Kunst des vernünftigen Lebens. Flugblatt zur Einführung in den Vegetarianismus von Ed. Baltzer. Neue verbesserte Auflage: 25 Exempl. 5 Sgr.

Zu sonstiger Vermittelung empfiehlt sich die Redaction:

Eduard Baltzer.

So eben erschien:

Arn. Rikli. Allgemeine Kurregeln. 5. verbesserte Auflage. Triest 1871. 60 Xr. O. W.

Ed. Baltzer. Musonius, Charakterbild aus der römischen Kaiserzeit. Nordhausen 1871. 6 Sgr.

A. Reichenbach, Prediger in Braunschweig: Der Vegetarianismus im christlichen Mönchthum. 17 Seiten.

Ernst Keil's „Gartenlaube“ in Leipzig brachte voriges Jahr einen Artikel des Professor Funke gegen den Vegetarianismus, welcher nicht nur von unwahren Darstellungen, Verschweigungen und Einseitigkeiten strotzte, sondern auch persönliche Beleidigungen enthielt. Auf meine Anfrage versprach Herr Keil eine Entgegnung aufzunehmen, sobald der Krieg vorüber sei. Ich schrieb eine Entgegnung, die sich jeder verletzen könnenden Polemik enthielt und sich darauf beschränkte das Positive des Vegetarianismus (was Herr Funke wesentlich verschwiegen) darzustellen. Jetzt hat Herr Keil mir den Artikel zurückgesendet, weil es — nach dem Kriege nun — zu spät geworden sei! Schon früher hatte das Blatt einen Artikel über Vegetarianismus von mir zurückgewiesen, weil es mit Herrn Dr. Bock in Collision käme. Welchen erhabenen Begriff muss doch die Redaction von dem Beruf der Presse haben! Und wenn ihr die persönliche Ehre jemandes auch gleichgültig ist, so sollten es doch öffentliche Interessen nicht sein, für welche edle Männer aller Zeiten und Völker in ihrer Art eingestanden haben.

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).

Jahrgang IV.

Nr. 31—40.

N^o 31.

Nordhausen, den 26. Juli.

1871.

Dieser vierte Jahrgang (Nr. 31—40) ist durch jede Buchhandlung oder direct vom Herausgeber gegen portofreie Einsendung von 20 Sgr. (1¼ Fl. Oesterr. Papier) zu beziehen.

Den neuen Jahrgang

kann ich nicht ohne ein persönliches Vorwort an die Leser beginnen. Die vier Jahre dieser Zeitschrift sind durch gute und böse Erfahrungen sehr lehrreich gewesen, und das entsetzliche Kriegsjahr war die Feuerprobe auch seines Bestehens. Als ich vor vier Jahren die erste Nummer als Frage aussandte, glaubte ich, am nächsten Jahrestage die zweite folgen lassen zu sollen; heute giebt es ein grosses vegetarischeres Publikum, das wenigstens Interesse für unsere Sache hat. Der „Verein“ umschliesst ja nur eine Anzahl, die den Muth und die Ueberzeugung haben, eben durch offene Vereinigung — wenigstens so lange das Noth thut, — bahnbrechend zu wirken. Eine grosse Anzahl Hinterleute stehen uns darin im Stillen bei, sei es, dass äussere Gründe oder innere Zweifel ihnen noch Zurückhaltung auflegen.

Die Anfechtungen, mit denen wir zu ringen haben, kommen von zwei Seiten, von Feind und Freund.

Die Ersteren, die Gegner, sind gepanzert mit den Vorurtheilen einer allmächtigen Tradition, und Gelehrte und Ungelehrte stehen gleichfalls unter ihrem Bann, gerade wie in medizinischen, philosophischen und religiösen Dogmen auch. In ihrer Infallibilität werden sie nur gewöhnlich noch unduldsamer, weil

der Mensch in seinen praktischen Sitten am empfindlichsten zu sein pflegt. Wir müssen es ruhig tragen lernen, wenn sie, die Rechtgläubigen, uns Vegetarianer als arge Ketzer behandeln. In der grossen Presse hat ihr Verhalten sich bereits in der kurzen Zeit viel geändert. Die besten schöngeistigen Journale, wie Westermanns Monatshefte, die Leipziger Illustrierte, das Familien-Journal und ähnliche besprechen unsere Sache mit Achtung und Theilnahme. Die wissenschaftlichen Blätter fassen die Sache gewöhnlich von der Seite ihres Faches auf, und wenn sie auch genöthigt sind, in historischer und sanitätischer Beziehung uns Gerechtigkeit widerfahren zu lassen, so geht ihnen doch die Würdigung der Totalität unserer Principien in der Regel ab, die erst auf national-öconomischem und sittlichem Standpunkt sich zu finden pflegt. Freuen wir uns, dass die Gegner bei der Arbeit sind, und lassen wir den Staub, der dabei aufgewühlt wird, ruhig verfliegen.

Schlimmere Dienste erwachsen uns von uns selbst, von den Irrthümern meine ich, denen Vegetarianer verfallen, und auf die man dann von allen Seiten mit Fingern zeigt und sagt: da seht Ihr, was Vegetarianismus ist!

Ein Grundirrtum ist der, dass Vegetarianismus ein Heilverfahren sei. Alles steht dann dem Betreffenden unter

P r o b e n u m m e r .

dem Gesichtspunkt seiner leidenden Individualität, und — der Erfolg ist Richter über Alles; der Vegetarianismus soll neue Lungen schaffen und gegen den Tod assekuriren, sonst ist er nichts! Vielen dieser Art gesellt sich ein Fanatismus zu, mit dem sie sich selbst zu retten meinen und liefern nur den Beweis, wie krank die arme Menschheit ist.

Der Vegetarianismus ist eine Regel für das gesunde Leben, nicht für das kranke, obgleich wir überzeugt sein werden, dass er für alle Heilkunst der natürliche Boden ist. Wir überlassen daher alle specifische Heilkunstlehre den Aerzten und adressiren unsere vegetarischen Freunde in dieser Hinsicht an die Zeitschrift „Der Naturarzt“ von G. Wollboldt in Dresden. Aber wir nehmen jenen natürlichen Gesundheitsboden als unser Ackerfeld in Anspruch, nicht nur weil die Prophylactik mehr Leid verhindern als alle Heilkunst heilen kann, sondern weil sein Gebiet viel umfassender ist, alle seelischen und geistigen Interessen einschliesst.

Man macht uns in dieser Beziehung u. A. den Vorwurf, dass wir unter den Giften, deren Enthaltung wir empfohlen, auch die „Arzneien“ aufführen (Programm Pos. 5). Die Frage, ob es Fälle giebt, wo ein positives Gift als Arznei hinsichtlich der Heilwirkung durch nichts Anderes ersetzbar sei, ist eine wissenschaftliche Frage der Medizin. Wir Laien wissen nur und berühmte Aerzte bezeugen es uns, dass die Menschheit unter den Medizingiften furchtbar zu leiden hatte und noch leidet, dass wir also im Recht sind, im Allgemeinen davor zu warnen. Wir sind aber nicht, wie man von uns lügt, eine Secte, die ihre Glieder auf dieses oder sonst ein Dogma verpflichtete; wir haben eben in unserem Programm dies mit den Worten ausgedrückt, dass wir es dem Gewissen eines jeden anheimgeben, wie weit er dieses Prinzip nach allen Seiten

und unter allen Umständen durchführen will.

Erfreulich ist das rege Bestreben unserer Freunde, das Gute, was sie empfangen, weiter mitzutheilen, Man wird es überall leicht unterscheiden können von der Selbstsucht, die Alles, auch den Vegetarianismus, auszubeuten sich aufmacht. Ein besonders erfreuliches Zeichen scheint uns, dass Lehrer in Lehrerversammlungen Vorträge über Vegetarianismus halten; wir theilen heute wieder einen solchen mit. Auch ich fühle mich zu Dank allen Denen verpflichtet, die mit uneigennütziger Arbeit und Opfer diese Blätter aussenden halfen, neue Freunde zu suchen und uns alle zu befestigen in dem was uns lieb geworden.

Wenn ich in letzter Zeit nicht Allen, die mich durch Zuschriften erfreuten, gerecht geworden, so bitte ich um Nachsicht; das Kriegsjahr hat ausser durch seine allgemeinen Leiden mich noch durch besonders schweres Kreuz heimgesucht. Nun es Friede geworden, wenden wir uns mit neuer Liebe und Freude dem Wirken für öffentliche Wohlfahrt in unserer Weise zu!

Nordhausen, Juli 1871.

Eduard Baltzer.

Die Gesundheitspflege in der Volksschule.

Das Menschengeschlecht bildet den Schlusspunkt der Naturentwicklung unserer Erde; es ist das letzte Product ihrer Kraft.

So vollendete Organismen die Pflanzen auch sind, sich selbst unbewusst, kaum Spuren von Trieben und Empfindungen verrathend, sind sie nur Körper, die sogar organisch mit der Erde verbunden sind. In der Thierwelt sehen wir nicht nur den Leib des Thieres organisch von der Erde befreit, in dieser höheren Stufe der Schöpfung tritt uns auch ein ausgeprägtes Seelenleben entgegen. Unter allen geschaffenen Wesen ist aber nur

dem Menschen, der vollendetsten Form des Lebens, der Geist, die Gedankenwelt aufgeschlossen; durch diese steht er nicht nur über dem Thiere, vermöge seines Geistes reicht er bereits in eine übersinnliche Welt.

In diesen drei, wenn schon ohne trennende Kluft, doch leicht zu unterscheidenden Stufen der Entwicklung gelangt das organische Leben unseres Planeten zur Erscheinung. Die höhere Stufe zeigt nicht nur die vorhergehende in vollendetere Form; die leisen Andeutungen von innewohnenden Kräften und Vermögen treten in der folgenden deutlich entwickelt hervor, sowohl in der Gesammtheit als im Individuum.

Wie also das Thier ohne Seele nur eine vollkommene Pflanze, der Mensch ohne Geist nur ein vollkommeneres Thier wäre, so machen erst Leib, Seele und Geist den Menschen aus. Und wie die Pflanzenwelt das Vorhandensein der anderen höheren Reiche erst ermöglicht, so fussen das Seelen- und das Geistesleben des Menschen auf seinem Körperleben. Leib, Seele und Geist sind demnach nur drei verschiedene Beziehungen desselben Wesens, drei Seiten des Menschenlebens. Der vollendete, der vollkommene Mensch wird sich also in dieser dreifachen Weise offenbaren. Die schönste Menschengestalt mit mangelhafter Geistesbildung, oder der eminenteste Geist mit verkümmelter Seele sind nicht das Ideal eines Menschen. Fasst man nach einer älteren Anschauung oder nach einer weniger exacten Ausdrucksweise Seele und Geist in dem einen Wort Psyche zusammen, so kann man mit Schiller sagen:

„Schön'res find' ich nicht, wie lang' ich wähle,
Als in der schönen Form die schöne Seele!“

Einklang, Harmonie ist demnach das Princip der Lebensentfaltung des Menschen,*) und Gesundheit des Körpers

*) Baltzer: Alte und neue Weltanschauung. 2. Band. 2. Aufl. Nordhausen Förstemann.

die Grundlage eines zarten Seelen- und hohen Geisteslebens.

Für heute beschränke ich mich, von dieser Grundlage, von der einen Seite des Menschenlebens zu sprechen, wenngleich diese erst durch jene ihren vollen Werth erhält und in Wirklichkeit eine solche Trennung gar nicht besteht. Die geläuterte Weltanschauung, entgegen der früheren, wonach der Leib nicht nur als vollständiger Gegensatz der Seele, des Geistes, sondern auch als stets zu bekämpfender Feind desselben betrachtet wurde, ebenso der im Grossen und Ganzen nichts weniger als befriedigende Zustand des Menschengeschlechts, im Besonderen die sehr geringe Zahl wirklich gesunder Menschen rechtfertigen eine Anregung zum Nachdenken über die Erfordernisse zur Herbeiführung eines besseren Gesundheitszustandes.

Also an und für sich schon haben wir genug Veranlassung, die Gesundheitsbedingungen zu kennen, unser Beruf macht es uns aber noch besonders zur Pflicht, mit den Ursachen der Krankheit, mit den Mitteln, die die Gesundheit erhalten oder wieder herstellen, bekannt und darüber vollkommen klar zu sein, mit anderen Worten, die Gesundheitspflege als integrierenden Theil unserer Berufspflichten anzuerkennen: wir wollen ja Menschen erziehen.

Noch aus einem besonders zu erwähnenden Umstande haben wir die Pflege der Gesundheit in der Volksschule als einen wichtigen Zweig unserer Erziehung zu betrachten: Die Thätigkeit der Aerzte ist nämlich durch die fast unzähligen Krankheiten und Gebrechen der heutigen Menschen tatsächlich mehr Heilkunde als Gesundheitspflege; soll aber ein gesunderes Geschlecht heranreifen — und die Nothwendigkeit dieser Forderung wird Niemand in Abrede stellen — so muss das Uebel vom Grund aus gehoben werden, durch das Volk selbst; Palliativmittel verzögern nur die gründliche Heilung.

Es ist eine oft gehörte Klage, dass der Gesundheitszustand der Schuljugend sich mehr und mehr verschlechtere. Haben wir nun auch guten Grund, dieses Urtheil hauptsächlich auf die Stadtkinder zu beziehen, so stehen die Kinder auf dem Lande jenen in mancher Hinsicht auch wieder nach, nur treten hier die nachtheiligen Folgen der vorhandenen Uebelstände nicht in dem Grade und der Ausdehnung auf, weil andere günstigere Verhältnisse denselben entgegenwirken. Theils gehören die Ursachen des schlechten Gesundheitszustandes zu denen, die wegen ihrer Allgemeinheit kaum als solche erkannt werden, deren verderblicher Einfluss aber den menschlichen Organismus von Geschlecht zu Geschlecht je länger je mehr zerrütten.

Eine Menge Ursachen bedingen unser Wohlsein; die Körperpflege in Kleidung, Abhärtung und Ausbildung, die Art der Wohnung, Licht, Beschäftigung, Luft, Speise und Trank.*) Da scheint es allerdings dem Menschen schwer gemacht, gesund zu bleiben. Bei unserer Pseudo-Civilisation und Hypercultur allerdings; lebt aber der Mensch „treu der Natur, treu seiner Natur“, so wird es ihm bei unverdorbenem Instinkt leicht, das Rechte zu finden. In mancher Beziehung hat man sich ja so weit von der Natur entfernt, dass das Widernatürliche nicht nur allgemein herrscht, sondern sogar mit einem Schein von Wissenschaftlichkeit als „der Natur ganz entsprechend“ empfohlen wird. Erinnern wir uns also einmal an den Einfluss der genannten Gesundheitsbedingungen wenigstens der Hauptsache nach.

Bei der Kleidung haben wir vor Allem darauf zu sehen, dass sie den Körper in mancherlei Functionen — Athmen, Verdauen, Blutumlauf — nicht stören und die Thätigkeit der Haut nicht hindern.

Von welcher Wichtigkeit die Pflege

*) Baltzer: Das Buch von der Arbeit. 2. Aufl. Nordhausen. Förstemann.

der Haut und die Abhärtung sind, zeigt das Heer derjenigen Krankheiten, die in unterdrückter Hautthätigkeit und in Verweichlichung ihren Grund haben. Die Haut ist ein sehr wichtiges Umbildungs- und Ausscheidungsorgan.

Nicht nur wegen besonderer Berufsarten ist die allseitige körperliche Ausbildung des Menschen nothwendig, für jeden Menschen ohne Ausnahme ist eine gleichmässige Ausbildung des Körpers geboten: gestörte Harmonie ist Krankheit, einseitige Ausbildung Unvollkommenheit. Allseitige planmässige Leibesübungen vermögen einer Menge Uebel vorzubeugen; eine gewisse Art des Turnens, das schwedische, ist anerkannter Maassen sogar ein Theil der rationellen Heilweise. Je mehr der Mensch später durch manche Berufsart im gewissen Sinne zur Einseitigkeit gedrängt wird, desto mehr ist in der Jugend die allseitige Uebung des Körpers zu betonen und der Mensch daran zu gewöhnen. Man gebe sich übrigens nicht dem Wahne hin, als ob man bei Anwendung dieses oder jenes Mittels zur Förderung der Gesundheit nur in der eben gewünschten Weise und ausschliesslich für einen gewissen beabsichtigten Erfolg eingreifen könne; unser Körper ist ein Organismus, keine Maschine, die Thätigkeiten desselben greifen stets in einander und deren Wechselwirkung gestattet nicht, auf besondere Theile ausschliesslich einzuwirken. Auch bei den Leibesübungen haben wir das zu berücksichtigen; man darf nicht zu jeder Zeit und an jedem Ort turnen, am allerwenigsten in geschlossenem Raum mit schon gebrauchter, also verdorbener Luft.

Von dem einen Extrem, in der Volksschule die körperliche Ausbildung vollständig zu ignoriren, scheint man von mancher Seite an dem entgegengesetzten Extrem angekommen zu sein: im Turnen das Mittel gefunden zu haben, ein gesünderes Geschlecht heranzubilden, von den Leibesübungen verspricht

man sich von dieser Seite alles Heil. Solche Auffassung zeigt eine sehr mangelhafte Kenntniss der Gesundheitsbedingungen. Man denke sich z. B. einen eifrigen Turner, der vollkommen im Unklaren ist, welchen Einfluss Wohnung, Beschäftigung, Luft und Nahrung auf die Gesundheit ausüben. Im Verein mit allen andern Mitteln jedoch hat das Turnen bedeutenden Erfolg und verdient unstreitig die ihm in neuester Zeit gewidmete Berücksichtigung.

Schon die Lage der Wohnung kann ungesund sein. Die feuchten Kellerwohnungen, die Wohnungen in dumpfen und dunklen Höfen, die im Sommer Backofen ähnlichen Erkerwohnungen in den Städten und die kleinen, niedrigen Lehmhütten in den Dörfern, vor Allem aber die Schlafräume der ärmeren Klasse und selbst einzelner Wohlhabenden verdienen den Namen Wohnung und Zimmer gar nicht. Höhlen und Schlupfwinkel sind die rechten Bezeichnungen für dergleichen Räume. Unwissenheit und Trägheit lassen auch nicht einmal die sofort und ohne Mühe und Kosten zu bewerkstelligende Verminderung der vorhandenen Mängel aufkommen. Bei seinen Wanderungen — sagt ein bekannter Schriftsteller*) — habe er die halbe Bewohnerschaft ganzer Landstriche unseres gepriesenen Vaterlandes in Schmutz wohnend gefunden, im Himmel und in der Hölle habe sie viel besser Bescheid gewusst, als in den ersten Forderungen menschlichen Wohlergehens, und ihre Gotteshäuser seien eben so schön, als ihre Wohnungen unmenschlich.

Was die armseligen Wohnungen besonders armselig macht, dass ist die Spärlichkeit des Lichtes, das ihnen zugemessen ist; und doch gehört Licht zu den nothwendigsten Lebensbedingungen fast aller organischen Wesen. Die Sonne leuchtet und wärmt nicht nur, sie ruft auch mechanische und chemische Veränderungen hervor.

*) Baltzer: Das Buch von der Arbeit.

Bei dem Wort Beschäftigungen denken wir an die besonderen Berufsarten, wie auch an die einzelnen Thätigkeiten; in beiden Fällen aber werden wir Ursache haben zu fragen, welchen Einfluss üben dieselben auf die Gesundheit? Berufsarten sind ungesund, wenn bei deren Ausübung der Körper nur einseitig in Anspruch genommen wird, oder wenn der Ort der Ausübung und die dabei einzuathmende Luft zu Krankheiten disponiren. Dasselbe gilt von den einzelnen Thätigkeiten nur mit dem Unterschiede, dass hier häufig die gesundheitswidrigen Umstände vermieden werden können, ohne dass die Beschäftigung selbst unterbleiben muss. Besonders kommen hier in Betracht, die Beschäftigungen der Kinder in der Schule und die dabei beobachtete Körperhaltung. Was von der Kleidung gefordert wurde, gilt auch hier. Die instinktmässige Unruhe und Lebhaftigkeit der kleinen Kinder sind dem verständigen Lehrer ein deutlicher Wink, dass andauernde Stellung und Haltung des Körpers und die bis zur Erschöpfung anhaltende Anstrengung dem in der Entwicklung begriffenen Organismus nicht zuträglich sind. Die Fehler und Gebrechen des menschlichen Körpers, die durch verkehrte Behandlung hervorgerufen wurden, überwiegen bei Weitem die angeborenen.

Das vegetative Leben des Menschen besteht in einem ununterbrochenen Stoffwechsel. Speisen und Getränke werden in dem Körper aufgenommen, in Speisesaft verwandelt und dem Blute zugeführt. In den Lungen tritt die eingeathmete Luft hinzu, deren nothwendigster Bestandtheil, der Sauerstoff, den Speisesaft zur Gewebsbildung geschickt macht, wie auch die alten abgestorbenen Gewebstheile zur Ausscheidung aus dem Körper vorbereitet; von da aus gelangt das erneuerte Blut in's Herz, um nun durch die Pulsadern seine Wanderung zu allen Körpertheilen anzutreten. Von einer gesunden

Beschaffenheit des Blutes und einer vollständigen Ausscheidung der verbrauchten Stoffe wird also unsere Gesundheit hauptsächlich abhängen. Dass dabei die Luft, von der wir beständig umgeben sind und die dem Körper un- ausgesetzt zugeführt wird, eine sorgfältige Berücksichtigung verdient, wird man leicht begreifen. Findet aber die Luft überall die nothwendige Beachtung?

Wenn die Behauptung, dass selbst das Kostbarste geringschätzig behandelt wird, wenn es nichts kostet, irgendwo sich bewahrheitet, so ist dies der Fall bei der Luft. Nichts in der Welt ist dem Menschen so ohne Unterbrechung nothwendig, als die Luft, und Nichts in der Welt ist dem Menschen so ohne Kosten zugänglich, als die Luft; was aber wird geringschätzender betrachtet, als reine Luft? Erst da, wo der reinen Luft nur schwer der ungehinderte Zutritt möglich ist, da ist man auch mehr bedacht, gesunde Luft sich zu verschaffen. Welch' bedeutender Unterschied in der Beschaffenheit zwischen reiner Einathmungsluft und der ausgehauchten besteht, wird uns allen bekannt sein. Dass also die ausgeathmete Luft nicht wieder als Einathmungsluft dienen kann, das liegt auf der Hand. Aber nicht nur durch Ausathmungsproducte wird die uns umgebende Luft schlecht, noch andere Ursachen machen die Luft zum Einathmen untauglich: übermässige Feuchtigkeit und Trockenheit, Staub, Rauch, Kohlendunst und selbst organische Stoffe. Sollte auch die Beschaffenheit der eingeathmeten von der Atmosphären-Luft nur wenig abweichen: die ununterbrochene Zufuhr macht selbst die geringste Menge ungesunder Luft zu einem lebensgefährlichen Feinde. „Blutarmuth und Bleichsucht, Scrophulose, Typhus, Schwindsucht und Knochenerweichung können durch schlechte Luft verursacht werden.“

Noch grössere Aufmerksamkeit müssen wir den Nahrungsmitteln widmen.

Die Luft erneuert sich ohne unser Zuthun mittelst der Pflanzenwelt; unter der verschiedenartig gemengten und ungleich erwärmten Luft findet ein Ausgleich oder eine Bewegung Statt, so wohl durch die eigentlichen Luftströmungen, als auch auf eine uns kaum merkbare Weise selbst durch die Wände der Gebäude hindurch. Die Zufuhr und Beschaffenheit der Speisen und Getränke hingegen unterliegen vollständig unserer Willkür, und wenn wir uns dabei der Gedankenlosigkeit, dem Herkommen, der Mode, der Genusssucht überlassen, so kömmt uns keine solche Einrichtung der Natur zu Statten, wodurch ohne unser Zuthun Schädliches durch Zuträgliches ersetzt und verdrängt wird. Kommen wir erst durch Krankheitserscheinungen zu der Erkenntniss, dass die genossenen Nahrungsmittel nicht oder doch nicht durchweg naturgemäss waren, so ist's häufig zu spät, durch naturgemässe Lebensweise die herbeigeführten Uebel zu beseitigen. Nichts rächt sich so sicher und ausnahmslos, als das Verlassen des von der Natur vorgeschriebenen Weges; weder Unkenntniss noch wirkliche Unschuld können den Zusammenhang von Ursache und Wirkung aufheben. So ununterbrochen auch die Neubildung des Organismus sich vollzieht, so vergeht auch bei fortdauernd fehlerhafter Beschaffenheit der Nahrungsmittel oft eine so lange Zeit, ehe man die dadurch im Körper verursachten Störungen und Veränderungen wahrnimmt, bis es unmöglich ist, denselben mit Erfolg be- gegnen zu können. Ja häufig bleiben nicht nur dem Kranken selbst, sondern auch dem Arzt die krankmachenden Ursachen zeit lebens verborgen. Fordert dann die verkehrte Lebensweise ihr Opfer, so kann's wohl geschehen, dass man verwundert nach der Ursache des Todes fragt, aber ehe man der Sache auf den Grund kommt, verliert sie sich im Gedränge der Ereignisse, oder man hat die Bedenken bereits beschwichtigt, indem man die Ursache ganz wo anders

gefunden zu haben meint, als wo sie zu suchen war, oder indem man die Krankheit, als in der Natur und dem Schicksal des Menschen begründet, nicht für die Wirkung, sondern für die Ursache nimmt. Nicht einmal gegen die oft mehr als zweifelhafte Hülfe der Heilkünstler wird man dauernd misstrauisch. „Die Erde bedeckt ihre Fehler und die Sonne bescheint deren Erfolge“, sagten die Alten schon. „Die schlimmste Quelle unserer Krankheiten, unserer Degeneration und Lebensverkürzung ist ohne allen Zweifel die herrschende unnatürliche Diät mit ihren für Leib, Seele und Geist grauenvollen Folgen. Jeder leidet darunter mit, selbst noch, wenn er begonnen hat für sich der natürlichen Diät zu leben.“*) Den Nachweis dafür heute zu liefern würde zu weit führen; ich kann nur auf die Andeutungen, die die „Thür. Schulzeitung“ im letzten Vierteljahr über diesen Gegenstand gebracht hat, hinweisen, und auf den in Ihren Händen**) befindlichen Separat-Abdruck aus der „Thür. Presse.“ Hat man die Wahrheit des Vegetarianismus erkannt, sucht man sich der naturgemässen Diät auf die möglichste Weise zu nähern, und ist man sich darüber klar, wie weit der heutige civilisirte Mensch von dem ihm von der Natur vorgezeichneten Weg abgeirrt ist, so muss man es wahrhaftig als Hohn oder als lächerliche Anmassung betrachten, wenn in Erziehungsschriften naturgemässe Erziehung besprochen und gefordert wird, ohne dass der Cardinalpunkt derselben nur erwähnt ist. In gar nicht ferner Zukunft wird kein Lehrer, kein Erzieher, der es ernstlich nimmt mit seiner eigenen und der Menschheit Vervollkommnung und Veredlung den Vegetarianismus ignoriren können.

*) Baltzer: Das Buch von der Arbeit.

**) Der Vortrag ist in einer Lehrerversammlung gehalten, in welcher jener Aufsatz vertheilt worden. Die Red.

Ueberblicken wir die verschiedenen Gesundheitsbedingungen mit Rücksicht auf den vorliegenden Zweck, so lassen sich dieselben auf die ungesuchteste Weise in zwei Gruppen trennen. Die eine Gruppe umfasst die Bedingungen, deren Durchführung nicht in unserer, sondern in fremder Hand, in der der Aeltern, der Gemeinde u. s. w. liegt; zur anderen Gruppe zählen diejenigen, deren Vorhandensein von unserer Kenntniss und unserm Willen abhängt. Somit theilt sich unsere Gesundheitspflege in Gesundheitslehre und in Gesundheitspflege im engeren Sinn, wenn man nicht den letzten Zweig unter dem Ausdrucke „Sorge für das leibliche Wohl der Kinder“ zu den Pflichten des Lehrers, die sich, so zu sagen, von selbst verstehen, zählen will, ohne dass damit die Belehrung über die dieser Gruppe angehörenden Gesundheitsbedingungen wegfällig wird.

Die Zulässigkeit und Nothwendigkeit der Gesundheitslehre in der Volksschule ergibt sich schon aus einigen kurzen Andeutungen. So wenig man sich in anderen Fächern mit der praktischen Seite begnügt, so gebührt in der Gesundheitspflege dem theoretischen Theil, dem Unterricht, eine hervorragende d. h. unbedingt nothwendige Stelle im Lectionsplan. Es ist entsetzlich, welche Unwissenheit und Verkehrtheit in dieser Beziehung sich noch im Volke findet. Bei der gedankenlosen Menge ist's das Herkommen, der praktische Materialismus und die — wenigstens bei den jetzt Erwachsenen — thatsächlich vorhandene Unfähigkeit, das Richtige einzusehen; bei den Gebildeteren ist's die Genusssucht, die Mode, die Charakterlosigkeit und der verderbliche Autoritätsglaube, wodurch dem Besseren und Edleren der Eingang erschwert wird. Wir als Lehrer haben die unerlässliche Pflicht, diese grosse Lücke in der Volkserziehung durch geeignete Gesundheitslehre auszufüllen. Stehen auch der Verwendung und Verwerthung dieses Unterrichtes im täglichen Leben zum Theil

grosse Hindernisse im Weg, so kann uns dieser Umstand nur zu desto grösserem Eifer mahnen, unsere Kinder durch Lehre und Beispiel zu der Einsicht zu bringen, dass Gesundheit kein willkürliches Geschenk ist. Der Mensch muss wissen, was gesund erhält, was schädlich und warum es schädlich ist.

Bereits hat man hier und da einen Anfang gemacht, der eben erwähnten Pflicht nachzukommen, in einigen neueren Schriften für den Unterricht sind auch schon die Nahrungsmittel erwähnt, selbst in Kehr's sehr verbreiteter Praxis der Volksschule. Leider aber hat man es sehr zu beklagen, dass dadurch, indem diese Andeutungen über die Art der Nahrungsmittel sich auf gründlich wiederlegte Aussprüche sogenannter Autoritäten stützen, der allgemein herrschende Irrthum noch mehr befestigt und der Mensch in seiner verkehrten naturwidrigen Diät nur bestärkt wird. Daher ist für uns die erste nothwendigste Forderung, dass wir die einschlagenden Schriften studiren, prüfen und erproben, dann wird uns allen die Nothwendigkeit der eben geforderten Belehrung einleuchten.

Wollen wir aber unsern Beruf allseitig erfassen; wollen wir nicht nur Lehrer, sondern auch Erzieher sein; wollen wir unser Möglichstes thun, d. h. nicht wegen unserer Existenz allein unserem Beruf obliegen, sondern aus Liebe zur höchsten und schönsten Aufgabe im Menschenleben, so müssen wir, wie das Evangelium will, den Geist heiligen sammt seinem Tempel, welcher ist des Menschen Leib.

„Wer dem Allvater nahen will, der muss in jeder Beziehung rein und heilig sein, und zwar muss dies anheben mit dem Körperleben und sich vollenden mit dem inneren Leben“; sagt Porphyrius*)

Unserer eigenen Vergangenheit und unseren Vorgängern wird dadurch kein

*) Baltzer: Porphyrius. Nordhausen.

indirecter Vorwurf gemacht. Unkenntniss hebt zwar — wie schon erwähnt — den Zusammenhang zwischen Ursache und Wirkung nicht auf, auch der beste und edelste Mensch kann ein Opfer seines Irrthums werden, aber unverschuldeter Irrthum hat noch nie den Glanz eines edlen Charakters verdunkelt: „Wer den Besten seiner Zeit genügt, der hat gelebt für alle Zeiten.“

Erkennen wir die zuletzt genannte Forderung an, so ist es für uns sittliche Pflicht, die Prüfung der natürlichen Diät vorzunehmen, und dann den „Vegetarianismus, der die naturgemässe Diätetik für Leib, Seele und Geist ist, und zwar alles Dreies im schönen Einklang“,*) in allen seinen Consequenzen durchzuführen. Lehre und Beispiel muss auch hier, wie überall, Hand in Hand gehen.

Die Pflicht des Lehrers, für das leibliche Wohl der Schulkinder zu sorgen, kann unmöglich im Ernste bezweifelt werden. In vielen Fällen werden wir bei Einrichtungen und Anordnungen, wobei die Gesundheit der Kinder in Betracht zu ziehen ist, nur berathende Stimme haben, um so nachdrücklicher ist diese zu erheben, wenn von anderer Seite das rechte Verständniss in dieser Beziehung fehlt. In manchen Fällen aber liegt es ganz in unserer Macht, schädliche Einflüsse zu verhüten und gesundheitswidrige Gewohnheiten abzustellen.

Unreinlichkeit der Kinder dürfen wir nicht dulden.

Für Entwicklung und Ausbildung des Körpers haben wir im Turnen ein vorzügliches Mittel. Wer wollte nicht durch Leibesübungen im Freien die Nachteile des anhaltenden Sitzens auszugleichen suchen? Für den speciell gesundheitlichen Zweck sind tägliche weniger andauernde Bewegungen und Uebungen und wöchentlich zwei Mal wiederkehrenden

*) Vereinsblatt für Freunde der natürlichen Lebensweise. III. Jahrgang. Nordhausen.

Turnstunden vorzuziehen. Auch ist der Umstand sehr zu berücksichtigen, dass die Frei- und Ordnungsübungen für die Kinder Erholung, für den Lehrer aber neue Anstrengung bieten. Ja, wenn ich von mir einen Schluss auf Andere mache, so ist's dem Lehrer factisch unmöglich nach den täglichen Unterrichtsstunden eine volle Stunde im Freien nach Commando Uebungen durchführen zu lassen. Mit dem Turnen für militärische Zwecke hat die Volksschule principiell Nichts zu schaffen.

Die möglichst reine Luft im Schulzimmer zu haben, für Erneuerung der ausgenutzten nach Bedürfniss zu sorgen wird wohl, besonders auf dem Lande, lediglich vom Lehrer selbst abhängen. Ein altes Sprüchwort heisst: Die schlechteste Luft draussen ist besser, als die beste drinnen. (!) Bedenkt man ferner, dass der Bedarf an Luft für den Einzelnen auf eine Stunde etwa 30 Kubikmeter beträgt, so wird der Lehrer wissen, was er zu thun hat. Auch hier verweise ich auf Nr. 4 der „Thüring. Schulzeitung“ d. J.

Geeignete Temperatur bei Vermeidung gesundheitswidriger Heizung, ebenso Reinlichkeit im Schulzimmer kann der Lehrer nachdrücklich und in unserem Lande nicht erfolglos verlangen.

Ein wachsames Auge müssen wir haben auf die Körperhaltung der Kinder beim Stehen und Sitzen, beim Lesen und Schreiben, auf den Stand der Tische und Bänke zum einfallenden Licht und auf die Entfernung zwischen dem Auge des Kindes und dem Gegenstand auf den das Auge gerichtet ist. Erinnert man sich, dass auch die bequemste Sitzweise auf die Dauer unbequem wird, so wird man um so mehr Rücksicht auf die Körperhaltung nehmen müssen, wenn die vorhandenen Verhältnisse noch zu wünschen übrig lassen. Da sich nur höchst selten allgemein als vollkommen anerkannte Subsellen vorfinden, so haben wir besonders darauf zu achten, dass wir fehlerhafte Entwicklung des

kindlichen Körpers unter keinen Umständen begünstigen oder herbeiführen.

Uebrigens glaube man nicht, dass alle die Uebel, die der Schule zugeschrieben werden, die Schule auch verschuldet habe. Schon die Erfahrung, dass die sogenannten Schulkrankheiten am häufigsten in den Städten sich zeigen, wo doch gerade für die äussere Herrichtung, für hohe, geräumige Zimmer, für gesunde Heizeinrichtung, für zweckmässige Tische und Bänke u. s. w. in der Regel besser gesorgt ist, als auf dem Lande, beweist, dass man den Grund der Uebel da sucht, wo er nicht — wenigstens nicht ausschliesslich — liegt.

Entsprechende Abwechslung in der Beschäftigung der Kinder während des Unterrichts, Beschränkung der häuslichen Schularbeiten auf das geringste Maass, Berücksichtigung der täglichen Unterrichtszeit werden ferner nachtheilige Folgen der Schularbeiten bei weniger vollkommenen Subsellen sicherer verhüten, als die vollkommensten, jedem einzelnen Kinde angepassten Tische und Bänke bei Ueberbürdung der Arbeit und der Stundenzahl.

Wir haben mit gegebenen Verhältnissen zu rechnen, sind auch noch sehr weit von ihrem Musterbilde entfernt, so lassen sich doch deren nachtheilige Folgen bei Einsicht und Willen auf ein geringes Maass beschränken.

Wer in den statistischen Tabellen nachliest, welche enorme Summen die Menschen jährlich ausgeben für vollkommen entbehrliche, für ganz nutzlose und sogar für schädliche Dinge, wer da weiss wie theuer eine rohe Arbeitskraft von den Slavenhaltern bezahlt wurde, wer sich einmal den Aufwand an Zeit, Mühe und Geld vergegenwärtigt, den die Krankenpflege erfordert, der wird mit dem Dichter Shelley den Vortheil einer Diätreform für grösser, als denjenigen jeder anderen erkennen, der wird finden, dass die Gesundheit der Staatsbürger das

grösste Kapital ist, dass es keine schönere und werthvollere Mitgift für's Leben giebt, als Gesundheit an Leib, Seele und Geist, der wird also auch die Gesundheitspflege in der Volksschule in der angegebenen Weise als eine Pflicht erkennen, der sich kein Lehrer und Erzieher entziehen kann, für den das treffliche Wort Geltung hat: „was du bist, das sei ganz!“ St.

Entgegnung auf den Brief eines Unbekehrten.*)

Der Verfasser dieses Briefes hat uns zu bedenken gegeben, dass es nicht genügt, einzelne Gesichtspunkte unserer Bestrebungen zu kennen, wie dies bei ihm der Fall ist, sondern dass es vor allen Dingen Noth thut, die grosse und ewige Naturwahrheit des Vegetarianismus zu erkennen und zu begreifen, dass ein Uebertreten dieses Gesetzes die schädlichsten Folgen nach sich ziehen muss. Um ihm dies klar zu machen, muss ich etwas weit ausholen.

Es liegt wohl in den Consequenzen der Natur, dass, wenn sie Einzelwesen hervorbrachte, welche auf eine selbstständige Ernährung angewiesen wurden, sie diesen auch die Mittel und die Organisation, sich dieselben zu beschaffen und zu assimiliren, hierzu geben musste. Wie dies geschah, lehrt die Darwin'sche Theorie. Nach diesem Gesetze bedarf der Weizen einen andern Boden als die Kartoffel, in gleicher Weise das Rind eine andere Nahrung als der Tiger. Da der Mensch nicht mehr und nicht weniger ist als ein Naturproduct, so muss dasselbe Gesetz für ihn gelten. Wenn wir nun ohne Voreingenommenheit prüfen wollen, welches auf Grund dieses Gesetzes seine naturgemässe Nahrung sei, so werden wir dies am besten aus der Nahrung der uns morphologisch nahe stehenden Thiere erkennen können. Das heisst also, dass wir gleich den höher

organisirten menschenähnlichen Affen Fruchteesser sind. Die Fruchtnahrung ist denn auch die einzige, die dem unverdorbenen Instinkt zusagt.

Wie nun der Weizen nur kümmerlich oder gar nicht auf Sandboden gedeiht, und der Tiger höchst wahrscheinlich bei Brod und Obst zu Grunde gehen müsste, so kann auch der Mensch, seinem physiologischen Gesetze zuwider, nicht von Fleisch leben, ohne seinen Charakter zu ändern, seine Gesundheit zu schädigen. Selbstverständlicher Weise wird nun sein Character sich mehr dem jener Thiere nähern, die sich von Fleisch nähren, das heisst, er wird aus einem sanften, lebensfrohen und thätigen Frugivor ein leidenschaftlicher, mürischer und träger Omnivor. Absolut naturgemäss lebende frugivore Völker giebt es gar nicht, der reine Mensch ist uns deshalb bis heute noch eine ganz unbekannt Grösse und bleibt ein anzustrebendes Ideal, dessen Verwirklichung vielleicht erst einer künftigen Generation vorbehalten ist, und welchen uns schon die Künstler des Alterthums in der Venus u. a. darzustellen suchten. Dass der Mensch ein so hoch sittliches, moralisches Wesen werden konnte, dass er so empfänglich für den Genuss und die Erforschung der Natur wurde, dass er Künste und Wissenschaften, Poesie und Musik treiben und erfinden konnte, dass er Staaten gründete und sich Gesetze gab, All das verdankt er seiner frugivoren Natur, die eben älter ist, als alle seine guten und schlechten Werke, und die er nicht durch eine schlechte Gewohnheit modificiren kann, denn wie sie sich gesetzmässig entwickelte, so könnte sie auch nur durch ein Gesetz zur carnivoren Natur sich umbilden. Dass der Mensch aber auch Kriege führte und seinen Nächsten erschlug, dass er Todesurtheile fällte und oft nur durch Blut und Eisen zu regieren ist, das verdankt er dem grössten Fehltritt den er je gethan, und der die anderen nach sich zog, dem Ver-

lassen der naturgegebenen Lebensweise, vor allen Dingen der blutigen Nahrung. Mehr noch als in ihrer Ursache ist die unnatürliche Lebensweise also in ihren Folgerungen unsittlich. Das eben ist der Fluch der bösen That, dass sie fortzeugend Böses muss gebären. Die sittliche Seite des Vegetarianismus ist somit eine doppelte. Das Fleischessen setzt Mord voraus und zieht Mord nach sich, und wenn auch nicht direkt bei jedem Einzelnen, so doch indirekt durch die langsame Entwicklung der Völker und die häufige naturgesetzliche Nothwendigkeit der Kriege zwischen ihnen.

Wenn demnach unsere Lebensweise die Grundlage der sanitären, socialen und politischen Zerfahrenheit ist, so muss erst sie geändert werden, bevor wir uns wieder in naturgemässer Weise, friedlich, gesund und glücklich entwickeln können.

Wäre der Mensch im präadamitischen Zustande ein Fleischfresser, also Raubthier gewesen, er hätte sich nie zum Menschen entwickeln können; dass er es konnte, lag begründet in seiner frugivoren Natur.

Als wir vor zehn Jahren die Darwin'sche Theorie kennen lernten, da wurden wir durch sie der Idee zugeführt, dass Früchte die einzige naturgemässe Nahrung des Menschen sei. Dies Bewusstsein liegt auch so fest in jedes Menschen Instinkt begründet, dass er sich scheut Blut zu vergiessen, dass es erst einer Abstumpfung der Sinne und langer Gewöhnung bedarf um das zu thun was dem Raubthier Natur, Instinkt, was ihm Gesetz ist. Man denke sich auch einmal einen nackten Menschen, ohne Hilfsmittel auf einer Insel, inmitten einer thierisch und vegetativ reichen Natur, er könnte ja nicht anders, er müsste Früchte essen; Instinkt, Verstand und Beschäftigung würden ihn darauf hinweisen.

Freilich kann er durch künstliche Hilfsmittel auch Fleisch sich zubereiten, aber eben in dieser Kunst liegt das

Unnatürliche, Gesetzwidrige, Schädliche und daher krank Machende.

Ein Vergleich zeigt uns denn auch, dass die naturgemäss lebenden Thiere der Freiheit alle gesund sind, hingegen alle Menschen krank sind.

Dass der Mensch durch Abstumpfung seiner Sinne und seines Gefühles auch gelernt hat Fleisch zu essen und scheinbar zu vertragen ist rein subjectiver Natur und kommt deshalb gar nicht in Betracht. Ueberhaupt ist es kleinlich darüber zu streiten, ob die naturgemässe Lebensweise, Diesem oder Jenem „bekomme“ oder nicht, ob einzelne Völkerschaften so oder so gelebt und gegessen und getrunken haben oder nicht, es kommt nur auf Erforschung der absoluten Wahrheit an, die erhaben über Individualisirung ist, denn die Ausnahme (die übrigens hier nie absolut ist) bestätigt die Regel.

In diesem universellen Sinne sind wir Vegetarianer, wollen wir es bleiben und die Welt erobern ohne Blut zu vergiessen, in diesem Sinne wollen wir unsere Bestrebungen aufgefasst wissen; über alle kleinlichen Bedenken und Schwächen, über alle Entstellungen, und Halbheiten aber gehen wir zur Tagesordnung über.

Zum Schluss will ich dem Verfasser jenes Briefes auch noch das Geheimniss verrathen, weshalb er nicht durchgedrungen ist: Es fehlt ihm der intellectuelle und moralische Muth der persönlichen Selbstüberwindung! G. S.

Libanon.

W. Hepworth Dixon schildert in seinem hochbedeutenden Werke „Neu Amerika“, Kap. 42 — 46 Entstehung, Lebensweise und Anschauungen einer höchst eigenthümlichen religiösen Sekte in Nordamerika. Für Freunde der naturgemässen Diät findet sich in dieser Schilderung mancherlei recht Interessantes, weshalb in den folgenden Zeilen ein kleiner Auszug aus derselben gegeben sei: An einer sonnigen Hügelseite drei

*) Siehe No. 30.

Meilen südlich von den Neu-Libanonquellen (einem Badeorte in dem obern Theile des lieblichen Flusses Hudson, woselbst Müssige von New-York und Massachusetts die heissen Sommerwochen zubringen, in Holzschuppen faulenzten, unter Kastanien kokettiren, auf schlechten Strassen fahren und Wasser von einer Quelle nippen, von dem mir soeben ein Neger sagt, dass es ein Pferd trinken kann, ohne sich zu schaden!) steht eine Gruppe zierlicher und doch pittoresker Gebäude. Die Hauptheimath einer religiösen Körperschaft klein an Zahl, bemerkenswerth in ihrer Kleidung und ihren Ideen, und bis jetzt nur in den vereinigten Staaten zu finden. — Das Dorf heisst Berg Libanon, die Hauptheimath und der Mittelpunkt eines von Anna Lee gegründeten, im Cölibate lebenden Völkchens, den Spöttern als eine spasshafte Einrichtung unter dem Namen des Zittererdorfs bekannt, da Zitterer ein Ausdruck des Spottes und des Tadels wie die meisten unserer religiösen Namen ist; ein Name, den die Mitglieder geduldig annehmen und auf den sie im Stillen stolz sind. Unter den Auserwählten sind sie als die „vereinigte Gesellschaft der Gläubigen an die zweite Erscheinung Christi“ bekannt. — — — Keine holländische Stadt hat ein netteres Aussehn, keine herrnhutische Ortschaft eine wohlthuerendere Stille. Die Strassen sind still; denn hier giebt es keine Schnapsläden, kein Bierhaus, kein Gefängniss, kein Pfandhaus; von den Dutzend Gebäuden die um dich her sich erheben — Werkstätten, Scheuren, Tabernakel, Ställe, Kirchen, Schulen, Schlafstellen — ist nicht eins schmutzig oder lärmend, und jedes Haus, zu was für einem Gebrauche es auch dienen mag, hat gleichsam das Aussehn einer Capelle. Der Anstrich ist ganz hübsch, die Dielen frisch gescheuert, die Fenster alle reinlich. Ein weisser Glanz liegt auf allen Gegenständen, eine ruhige Stille herrscht überall. Selbst bei dem, was man mit den Augen sieht und dem

Ohre hört, fällt uns der Berg Libanon als ein Ort auf, an dem stets Sonntag ist. Die Mauern haben das Aussehn als ob sie erst gestern gebaut wären; ein Wohlgeruch wie von vielen Salben zieht durch die Gässchen hinab, und die Vorhänge und Gardinen sind von tadelloser Weisse. Alles im Dörfchen sieht aus und riecht wie Hausgeräte, welches lange Zeit in Lavendel und Rosenwasser gelegen hat. — Die Leute sind wie ihr Dörfchen. — Diese Träumer haben eine sanfte Sprache, eine ehrbare Haltung, ein angenehmes Gesicht; es sind Leute, welche nicht nur mit sich selbst in Frieden zu sein scheinen, sondern auch mit der Natur und dem Himmel. — Nachdem ich einige Tage bei ihnen zugebracht, sie bei ihren Mahlzeiten und Gebeten beobachtet, ihre Privatvergnügungen und häuslichen Arbeiten belauscht, nachdem ich die gewöhnliche Bekanntschaft von vielleicht zwanzig Männern und einem Dutzend Frauen gemacht habe, fange ich an zu glauben, dass, wenn ich zufällig krank an Körper oder Seele werden sollte, es ausser meiner eigenen Frau und meiner Verwandtschaft wenig weibliche Gesichter geben dürfte, welche ich lieber an meinem Bette sehen möchte. — Das Leben scheint sich am Berge Libanon in einer Art von leichtem Rhythmus fortzubewegen. — Ordnung, Enthaltbarkeit, Mässigkeit, Gottesdienst, das sind die Dinge, welche uns bei einem Zitterer zunächst auffallen; der Friede und die Unschuld von Eden im Vergleiche zu dem Verfall und dem Lärm in New-York. — Jedermann erscheint thätig und ruhig. — Keine Unruhe, keine Anstrengung, keine Drohung ist bemerkbar, denn nichts wird oder kann in einer Zittereransiedelung mit Gewalt gethan werden. Hier ist Jeder ein freier Mann. Diejenigen, welche in die Verbindung traten, kamen ungesucht, diejenigen, welche fortzugehen wünschen, können ungehindert sich zurückziehen. Hier giebt es keine Sol-

daten, keine Polizei, keinen Richter, und unter den Mitgliedern einer Gesellschaft, in welcher Jedermann sein Alles aufs Spiel setzt, ist eine Anklage bei Gericht etwas Unbekanntes.

Die Zitterer, welche keine Doktoren unter sich haben und über unsere heidnischen Gebrechen: Kopfschmerzen, Fieber, Erkältungen und was sonst noch, lachen, beobachten die Ventilation sorgfältig und wissenschaftlich. — Jedes Haus am Berge Libanon — Farm, Scheune, Mühle und Wohnhaus — ist mit Schläuchen, Schwingen, Klappen, Zuglöchern und Abzügen versehen. Die Treppe ist wie ein Trichter gebaut, die Wetterfahne dient als Exhaustor. Oefen nach einem gewissen Muster erwärmen die Zimmer im Winter und haben eine besondere Vorrichtung, welche fein genug ist, um die Temperatur Wochen lang auf einem und demselben Wärmegrad zu erhalten. Frische Luft ist die Arznei der Zitterer. „Wir hatten nur einen Fall von Fieber in sechsunddreissig Jahren“ sagte Antoinette „und wir schämen uns selbst darüber sehr; es war vollständig unsere Schuld.“

Im Nordhause, der Wohnung der Familie des Aeltesten Friedrich, ist jedes Zimmer ebenso weiss und blank, derselben Ordnung und es befinden sich dieselben Gegenstände drin. Antoinette führte mich gestern durch dasselbe vom Fruchtkeller bis zum Dach und zeigte mir die Küchen, die Damenzimmer, die Waschküchen, die Versammlungszimmer und die Oefen. Mein Freund William Haywood (Civil-Ingenieur der Stadt London) und seine Frau waren mit mir. Der Ingenieur war nicht weniger von Erstaunen über die eigenthümliche Schönheit und den vollkommenen Erfolg erfüllt, den die Zitterer in der Kunst der Ventilation erreicht hatten, als seine Frau über die Frische, Reinlichkeit und den Glanz der Corridore und Zimmer entzückt war.

Die Speisen sind einfach, obschon in ihrer Art sehr gut und sehr wohl-

schmeckend zubereitet; sie bestehen ganz oder fast ganz aus Producten der Erde: Tomaten, gerösteten Aepfeln, Pflirsichen, Kartoffeln, Kürbissen, Maismehl, gekochtem Mais u. dergl. Die Trauben sind ausgezeichnet und erinnern an die von Bethlehem und die Eier — harte Eier, gekochte Eier, Rühreier — sind vortrefflich. Das Getränk ist Wasser, Milch und Thee. Dann giebt es Pasteten, Torten, Zuckerwerk, getrocknete Früchte und Syrupe. Was mich betrifft, so gewährte man mir, da ich ein Heide und Sünder war, Coteletten, Hühner und selbst gepressten Wein. „Gute Nahrung und frische Luft“ sagt Friedrich „sind unsere einzigen Arzneien“. Das rosige Fleisch seiner Leute, eine Farbe, die man nur selten in den vereinigten Staaten sieht, scheint diese seine Behauptung zu rechtfertigen, dass an einem solchem Platze keine andere Arznei nöthig ist. — Diese Leute sagen, sie brauchen keine Medizin der Cherokeesen, keine bitteren Branntweine von den Pflanzungen, keine von den tausend tonischen Arzneien, durch welche die an Verdauungsbeschwerden leidenden Kinder von New-York ihren schwachen Appetit aufreizen und ihr unreines Blut reinigen. Friedrich hat eine wüthende Abneigung gegen die Aerzte. „Ist es nicht wunderbar“, sagt er, „dass ihr weisen Leute der Welt eine Sorte Leute unterhaltet, welche auf der Lauer liegen, bis ihr wegen irgend eines Diätfehlers krank werdet, und die dann kommen und euch mit Drogen vergiften?“ Wie kann ich ihm anders antworten, als durch ein schwaches Lächeln?

Wer sich weiter für dies orginelle Völkchen interessirt, den müssen wir auf das umfängliche Dixon'sche Werk verweisen; dasselbe ist bei Hermann Costenoble in Jena 1868 in deutscher Uebersetzung erschienen. *)

B. P.

*) Das Buch können auch wir ausserordentlich empfehlen.
Die Red.

Warnung.

Damit nicht etwa andere Vegetarianer dieselbe bittere Erfahrung machen wie ich, sehe ich mich veranlasst Folgendes zu veröffentlichen: Seit zehn Jahren Anhänger der Wasserheilmethode und seit fünf Jahren Vegetarianer, wurde ich, obgleich Laie, oft zu Kranken aller Art namentlich den Nervenfieberkranken der Nachbarschaft gerufen um Rath über Wasseranwendung zu geben. Da ich niemals durch Ansteckung belästigt worden, glaubte ich auch Blatternkranke ohne Gefahr besuchen zu können. Doch beobachtete ich die Vorsicht, solche nicht zu berühren, begnügte mich 22^oige Abwaschungen und gute Ventilation der Zimmer u. s. w. anzurathen. Im Ganzen habe etwa 9 Blatternkranke in etwa 24 Malen besucht.

Am 9. Mai d. J. überfiel mich heftiges Kopf- und Kreuzweh, am 10. starkes Fieber und am 11. war der ganze Körper mit Blattern übersät. Selbstverständlich wurden Einwicklungen, Abwaschungen und Bäder angewendet und war ich nach 15 Tagen hergestellt, trotzdem keine Hautstelle meines Körpers von Blattern verschont geblieben (sogar unter vier Fingernägeln fanden sich solche!).

Trotz der Wasseranwendung leidet man beim Blatternausbruch und während der Eiterbildung schrecklich. Es könnten möglicherweise Andere sich auch auf den Vegetarianismus steifen und nicht den gehörigen Respect vor dem Pockencontagium haben.

Diese möchte ich — wenn es ihr Beruf nicht erfordert — vor dem Dunstkreis der Blatternkranken warnen. Trotzdem ich während der Krankheit isolirt war, erkrankten nachträglich mein 5jähriger Knabe und das 2jährige Mädchen an den Pocken. Beide Kinder sind geborne Vegetarianer, nicht geimpft und von kräftiger Constitution. Ausser den Schmerzen ist immer noch Gefahr für Augen, Gehör u. s. w. vorhanden. Bei richtiger Wasserbehandlung wird aller-

dings die Gefahr gemindert. Dazu kommt, dass, wenn ein Fall im Hause vorgekommen — auch bei grösster Vorsicht — weitere Erkrankungen in der Regel folgen.

Ich folgere aus Vorstehendem in Anbetracht, dass die Blattern auch unter den meist vegetarianisch lebenden Asiaten häufig vorkommen:

„Der Vegetarianismus schützt **nicht** vor Ansteckung der Blattern, er begünstigt nur den möglichst fieberlosen Verlauf der Krankheit!“

Freiburg im Breisgau,
9. Juni 1871. *)

Carl Mez Sohn.

Franz Freiherr von Sonnenberg, geb. zu Münster den 5. Septbr. 1779, Dichter aus der Klopstock'schen Schule, gehört auch zu den Vegetarianern. „Bei seiner einfachen Lebensweise musste das Landleben doppelte Reize für ihn haben. Brod und Obst war sein ganzes Bedürfniss. Er trank weder Bier noch Wein, noch Liqueur, Kaffee, Punsch, Chocolate; Milch und Wasser gingen ihm über Alles.“ Sein Freund J. G. Gruber gab (Halle 1807) seine Biographie heraus. — Er fand leider einen frühen Tod. Aber der Jüngling sah des Vaterlandes Zukunft. Im Dialog mit Gallia sagt seine Germania:

„Er wandelt her, der furchtbare Thatentag

„Beugt greis sein Haupt dies junge Jahrhundert einst. — —“

*) Ich habe diese „Warnung“ nicht vorenthalten wollen, obwohl kein verständiger Vegetarianer meinen wird, als solcher vor jeder Ansteckung geschützt zu sein. Wenn in diesen Blättern dahin deutbare Ansichten vorgekommen sind, so sind sie dahin zu verstehen, dass je naturgemässer der Mensch in jeder Beziehung lebt, er unter sonst gleichen Umständen desto gesünder sein wird; je gesünder er aber, desto weniger werde er unter sonst gleichen Umständen den Ansteckungen ausgesetzt sein. D. R.

Als ob er heute Paris gesehen, lässt er sie von der Gallia sagen:

„Nur Freiheitslarve schmückte die Tigerin,

Die deine Eden alle zu Höllen trat,
Und trunken von der Kinder Blute,
Die sie Dir würgte, die Welt angrinzte.“

E. B.

Vor dem Kriegsgericht in Blidah, Provinz Algier, wurde ein 30jähriger Araber, Mohamed Ben Ahmed, einstimmig zum Tode verurtheilt. Er und zwei andere Araber begegneten im Sommer 1868 auf der Landstrasse zwei jungen Frauen und einem Knaben. „Die drei Männer gingen nur wenige Schritte an den Frauen vorüber, dann blieben sie stehen, sahen sich in die Augen; jeder verstand den Blick des Andern, ein paar Worte wurden gewechselt, sie kehrten um, ... warfen sich auf die jungen Frauen und den Knaben Aissa, erschlugen und erdrosselten dieselben und — frassen mit Gier einen Theil ihrer Leiber auf!“ Sie schnitten nach späterer Aussage das Fleisch ab, vergruben die Ueberreste, gingen nach ihren Zelten, kochten das Fleisch und assen es mit den Ihrigen! Näheres Gerichtszeitung 1870 Nr. 73.

Herr Th. Hahn auf der Waid bei St. Gallen ersucht mich mitzutheilen, dass in seinem „Kindergarten und Elementarschule“ noch mehrere Knaben und Mädchen im Alter von 3 bis 10 Jahren jederzeit Aufnahme finden können. Kränkliche Kinder erfahren selbstverständlich alle erforderliche ärztliche Pflege und Behandlung nach naturgemässen (vegetarianischen) Lebens- und Heilgrundsätzen“. Auch ist derselbe bei der weit verbreiteten Pockennoth erbötig, von seinen Schriften: Der „Vegetarianismus“ und sein Pockenbuch bei Abnahme von 50 Exemplaren zum halben Preise, also à 3 Sgr., zu verabfolgen. E. B.

Gesuch. Eine unverheirathete Dame mit unabhängigem Vermögen wünscht mit einer in gleichen Verhältnissen lebenden Dame (Vegetarianerin) zusammen zu ziehen, am liebsten in einer mittelfränkischen Stadt: Nürnberg, Fürth, Erlangen, Anspach. Eventuell würde sie auch als Erzieherin eintreten.

Näheres durch

die Redaction.

Ein Vegetarianer sucht Stelle als Feld- oder Gartenarbeiter. — Eine vegetarianische Familie sucht ein veget. Mädchen für Küche und Haus. D. Red.

Brühl a. Rh. Herr Joh. Breuer, Hydropath, ersucht mich, auf die von Dr. med. Becker und ihm geleitete „Naturheilanstalt“ zu Brühl aufmerksam zu machen. Der Vegetarianer finde in Heil- und Lebensweise seine Grundsätze dort in rationeller Anwendung. Näheres durch ihn und durch die Red.

Nordernei. Hier kocht Frl. B. für die Familie auf einem Petroleumapparate sehr gut, reinlich, einfach und bequem.

Dr. Oidtman's vorzügliche Schrift über Ventilation, 3 kleine Hefte, zusammen 6 Sgr., sowie alle vegetarianischen Schriften aus Theobald Grieben's Verlag, letztere sogar mit 10 % Rabatt, besorge ich auf den Wunsch unserer Freunde gegen Einsendung der Beträge jederzeit gern, und lege stets einige interessante Flugschriften, so weit der Vorrath reicht, gratis bei.

S. Rosenthal, Nordhausen.

Deutscher Verein für naturgemässe Lebensweise.

Wir haben bereits eine Aufforderung veröffentlicht, worin wir unsere Vereinsgenossen um die Bezeichnung einer Stadt ersuchten, in welcher unser diesjähriger Congress abgehalten und von den dortigen Vereinsmitgliedern vorbereitet werden könnte. Da uns hierauf nur spärliche Vorschläge zugegangen sind, so wiederholen wir diese Aufforderung. Wir bemerken hierbei, dass wir nach reiflicher Erwägung aller Umstände beschlossen haben, erst auf den Monat October (Anfang oder Mitte) den Congress zu berufen. (§ 6 der Statuten). Wir bitten, uns Anträge für diesen Congress rechtzeitig zuzusenden, damit wir sie in die Tagesordnung aufnehmen.

Berlin, den 26. Juni 1871.

Der Vorstand des deutschen Centralvereins.

L. May, Vorsitzender. Prof. Baron, Cassirer.

Da ich den Monat Juli eine Studien- und Vergnügungsreise in ganz Deutschland zu machen beabsichtige, bitte ich alle Zuschriften in Vereinsangelegenheiten an Herrn Prof. Baron, Berlin, Louisenstrasse 53, zu richten.

Berlin, den 26. Juni 1871.

L. May, Vorsitzender.

An die Herren Abonnenten. Ich erlaube mir den Abonnenten, welche das Blatt bisher direct von mir bezogen, und Bestellung auf den mit dieser Nummer beginnenden Band (Nr. 31—40) noch nicht gemacht haben, die Fortsetzung zuzusenden. Falls sie dies nicht wünschen sollten, darf ich wohl bitten, mir solches durch Rücksendung dieser Nummer zu erkennen zu geben. Abonnement für den Jahrgang wie bisher 20 Sgr.; frühere Jahrgänge desgleichen; einzelne Nummern so weit thunlich 2 Sgr.

Literarisches.

Der Naturarzt. Zeitschrift für naturgemässe Behandlung des menschlichen Körpers in gesunden und kranken Tagen. Von G. Wolbold, Dresden, Ammerstr. 52. Jährlich 15 Bogen, 1 Thlr. Für die ärztliche Seite des Vegetarianismus empfehlen wir diese Zeitschrift wiederholt auf das Angelegentlichste.

Der Vegetarianismus im christlichen Mönchthum. Eine Studie von A. Reichenbach (Prediger in Braunschweig). Motto: Esse und trinke so, dass du unmittelbar nachher geistig arbeiten kannst. Hieronymus. Braunschweig 1871, Haerwig & Comp., 3 Sgr. — ist nunmehr erschienen und kann von mir mitbezogen werden; desgl.

Musonius. Characterbild aus der Römischen Kaiserzeit. Nordhausen, Ferd. Förstemann, 1871. 6 Sgr.

Briefkasten. Hrn. B. in H. Der Vereinstag wird erst im Herbst stattfinden. Als Ort ist, so viel ich weiss, Stuttgart, Frankfurt a. M. oder die Rosstrappe in Aussicht. — Das Album für Hahn-Mexico war ein Unicum; käuflich ist keines. — An Verschiedene: Ueber Pockenbehandlung sehe man die ausgezeichneten Schriftchen des Dr. med. Oidtmann. Vergl. S. 447 und 479 — Herrn F. in W. Vom Kochbuch gebe ich zum Kostenpreis 10 Stück für 1 Thlr. ab; von dem Wegweiser in den Vegetarianismus „Zur Kunst des vernünftigen Lebens“ 25 für 5 Sgr. — Hrn. E. in G. Der Maisgries ist nicht so theuer wie Sie meinen. Ich habe von Hrn. Daubeck, Brünlitz in Mähren, und von Hrn. Ascher, Münchendorf bei Wien, gleich gute Qualität centnerweise bezogen und calculirt sich das Zollpfund Alles in Allem 1½ Sgr.! Dies Nahrungsmittel ist so schön und so billig, dass es sich hier bereits einzubürgern beginnt! Waitzengries kostet dagegen 3 Sgr. das Z.-Pfd.

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).

Jahrgang IV.

(Zweiter Abdruck.)

Nr. 31—40.

N^o 32.

Nordhausen, den 6. September.

1871.

Motto: Wer gegen Sitte und Gewohnheit zu Felde zieht, der muss sich auf starken Widerstand gefasst machen; er muss fest sein in seinem Entschlusse, rein im Gewissen und Lebenswandel und unbekümmert um verläumerische Nachrede und unbegründete Verdächtigungen. Milton.

Nosophthorie, die Lehre vom Vernichten der Krankheiten,

von Dr. Stamm. Leipzig 1872.

Ogleich vorstehendes Buch nicht gerade vom Vegetarianismus handelt, so möchte ich es doch der Aufmerksamkeit Ihrer Leser empfehlen, da Dr. Stamm, wie ich durch mehrere Citate darthun werde, sich sehr vortheilhaft von der Mehrzahl seiner Collegen auszeichnet, indem er die Berechtigung des Laien in sanitären Fragen mitzusprechen nicht bloß anerkennt, sondern ihre Mitwirkung sogar als die unerlässliche Bedingung betrachtet, um Krankheiten vorzubeugen. Ferner behandelt es Fragen, die auch für uns noch nicht gelöst sind.

Es bestehen bekanntlich unter den Aerzten, die Contagionisten, die behaupten, dass epidemische Krankheiten ansteckend sind und daher fast immer „eingeschleppt“ werden, so Cholera, Typhus, Pocken etc., und die Anticontagionisten, durch sehr aufgeklärte Männer, z. B. Prof. Hamerick, vertreten, die eine Ansteckung gänzlich läugnen. Beide Parteien aber stimmen darin überein, dass Epidemien durch lokale Ursachen begünstigt werden und ihre Opfer in der Regel vorzugsweise unter der physisch und moralisch verkommenen Bevölkerung fordern.

Wir Vegetarianer schmeicheln uns

daher mit der Hoffnung, dass bei naturgemässer Lebensweise Epidemien uns kaum etwas anhaben können, und diese Zuversicht mag im Ganzen auch eine begründete sein, allein verschiedene Fälle beweisen doch, dass auch die einfachste Lebensweise keinen unbedingten Schutz gewährt, was sehr zu Gunsten der Ansteckungstheorie zu sprechen scheint. Es mag sich mit Epidemien ähnlich verhalten wie etwa mit dem Holzwurm, der wohl zunächst nur in magern, kränklichen, faulen Holzbeständen oder auf Holzschlägen, wo viele faulende Holzabfälle aufgehäuft sind, auftritt, der aber, einmal vorhanden, auch gesunden Waldungen gefährlich wird.

Es darf uns daher nicht wundern, wenn Epidemien auch unter Vegetarianern ausbrechen, und unsere Gegner haben mit Schadenfreude darauf hingewiesen, dass die verheerendsten Krankheiten, z. B. Cholera, gerade aus Indien zu uns gekommen sind. Auch Dr. Stamm berichtet von einer der verheerendsten Typhusepidemien, die er 1857 unter Indianern der Peruanischen Cordillern erlebte, welche 1/3 der indianischen Bevölkerung hinwegraffte und scheint der dort herrschenden Pflanzennahrung eine Mitschuld aufbürden zu wollen, indem er den Indianern in Folge ihrer Nahrung ein schlechtes Nervensystem im-

putirt. Allein aus seinem Bericht geht ganz deutlich hervor, wo die eigentliche Ursache zu suchen ist, denn „überall, wo uns Typhusepidemien entgegen treten, da tritt uns ungenügende und verdorbene Nahrung, da tritt uns gesellschaftliche Noth und gesellschaftliche Luft-Korruption entgegen.“

Die Epidemie blieb auf das Gebirge und die Hochebenen beschränkt und drang nicht in die heissen Tiefgegenden, sie wüthete ganz besonders unter den dürftig lebenden Indianern, während die gut lebenden, edle Weine trinkenden Europäer und Weissen fast gar nicht litten; gerade das Entgegengesetzte aber fand in beiden Richtungen beim Gelbfieber statt. „Nichts als Nervenschlaffheit und schlechte Ernährung löst mir das Räthsel der leichten Empfänglichkeit dieser Menschen für das Typhusgift, eine Empfänglichkeit, die Alles übersteigt, was in Europa vorgekommen ist.“

Die Beschreibung jedoch, die er uns von den Indianern liefert, giebt uns den Beweis, dass ihre Nährweise von durchaus günstigem Einfluss ist. Er sagt: „Was den Brustbau betrifft, so haben die Indianer dieser Höhen bessere Lungen, als irgend ein mir bekannter Volkstamm. Wo wir wegen dünner Luft nur kurze Zeit ohne grosse Ermüdung gehen können, vermögen sie Meilen im hüpfenden Lauf zurückzulegen. Schneller als Regimenter bolivianischer Gebirgsbewohner marschirt kein Heer der Welt. Es ist nach Versicherung bolivianischer Militärs mehr als einmal vorgekommen, dass man eine Distanz, die sich auf 14 deutsche Meilen berechnet, täglich zurückgelegt hat. Der Postcourier von La Pay ist ein hüpfender Mensch, der den Weg in kürzerer Zeit zurücklegt, wie ein gutes Maulthier und das für das Gebirge zu weiche Pferd.“

Schwindsucht ist unter den hier geborenen und vorhandenen Indianern eine Krankheit, die ich nie beobachtet

und nie vorkommen soll, so dass reiche Südamerikaner, die mit Tuberkeln behaftet sind, hier ihre Rettung suchen.“

„Sie haben treffliche Muskeln und sind oft bis zum Kopf wahre Modelle für den Bildhauer, allein der Anblick des Kopfes, der schlechte Schädelbau, der geistlose Mund bilden bei den Meisten einen höchst unangenehmen Gegensatz. Sie sind im Vergleich zum Europäer so sehr weniger spannfähig und erregbar, wie etwa ein märkischer Landgaul im Vergleich zu einem edlen Wüstenpferd.“

Indem Dr. Stamm diesen Vergleich macht, liegt die Frage auch nahe: wie kommt es, dass beide bei nahezu gleichem Futter doch so verschiedenen Temperaments sind? Das bringt eben die Race mit sich, und man hat nicht Ursache, diese Nervenschlaffheit, wenn sie dort bei den Indianern wirklich vorhanden, gerade der Pflanzennahrung zuzuschreiben, da sie nicht bei andern vegetabilisch lebenden Völkern, z. B. den Italienern, anzutreffen ist.

Dr. Stamm, der die Epidemie in der Nähe ansehen wollte, fährt fort: „Armut und Elend hatte ich erwartet, aber das, was ich sah, überstieg denn doch Alles, was mir bis dahin vorgekommen war!“

Die Kranken lagen oft förmlich zusammengeschichtet, ganze Familien lagen hingestreckt, grösstentheils in Schlafsucht, Stupidität, Delirium versunken.

Die Bewohner der meisten Dörfer der südperuanischen und nordbolivianischen Hochebenen leben so dürftig und die Natur spendet das Ihrige so kärglich, dass die Masse der Bevölkerung sich selbst in guten Jahren mit der allereinfachsten, spärlichsten Cereal- und Pflanzenkost begnügen muss. Jetzt aber war auch diese nach vorhergegangenen schlechten Erndten nicht in genügender Menge und guter Beschaffenheit vorhanden.

In der Kleidung sind sie ausseror-

dentlich vernachlässigt. Die Knaben erhalten, wenn sie 8—10 Jahre alt sind (bis dahin gehen sie nackt oder in Lumpen), Beinkleider, die vom Knie bis zu den Hüften reichen und weder bei Tag noch in der Nacht ausgezogen werden, so dass sie förmlich mit dem Körper verkleben, nach und nach werden Lappen darauf geflickt, so dass die ganze Hose zuletzt nur mehr ein stinkender Lumpen ist.

Zudem ist das Wasser als Waschmittel von ihnen gänzlich verpönt, denn sie behaupten, dass die Haut dadurch Risse bekomme und wund werde.“

„Ich glaube, dass schon aus dem bisher Gesagten genügend erhellt, welche wichtige Rolle Schmutz und schlechte Wohnung, Nahrung und Kleidung bei dieser Epidemie gespielt haben.

Die Nahrung war überhaupt bei dieser Epidemie von allermerkwürdigstem Einfluss. Ungeschwächte, kräftige, wohlgenährte Naturen hatten sehr wenig davon zu fürchten (das Gelbfieber ist dagegen gerade den rothwangigsten, kräftigsten, jungen Burschen, jedoch nur Weissen, am gefährlichsten). So weiss ich kein Beispiel, dass ein Pfarrer von einem Indianerblut, deren es mehrere giebt, der Seuche erlegen wäre, trotz der Krankenbesuche. Dies war auch mit den am Pfarrtisch lebenden Verwandten der Fall. Der Pfarrer pflegt nämlich verhältnissmässig mehr als König des Dorfes zu sein und es fehlt ihm nicht an Geflügel, Fleisch und Wein.“ (Die Ursache dürfte nicht darin, sondern in den besseren Lebensverhältnissen überhaupt zu suchen sein.)

„Nur einen Fall weiss ich, wo ein am Tische eines indischen Pfarrers lebender Verwandter starb. Dieser Pfarrer lebte aus Unwissenheit oder aus alter Gewohnheit nach Indianerweise, also hauptsächlich von gekochten Cerealien und schlecht gebackenen mit Lamadünger durchsprinkelten, unappetitlichen Brotfladen, wie

ich zu erfahren Gelegenheit hatte. Getrockneter Lamadünger wird nämlich zum Feuern benutzt, wobei viel Düngerstaub auf die Brotfladen fällt.“

Als hellsehender Arzt drängt sich ihm schnell die Ueberzeugung auf, dass da nicht mit Medikamenten zu helfen sei, sondern dass die elenden dicht bewohnten Hütten die eigentlichen Gifthöhlen seien und unter den obwaltenden Umständen es nur ein Mittel gab, dem Verderben Einhalt zu thun, nämlich die Kranken sämmtlich trotz der sechs kalten Nächte auf die Strasse in die freie Luft zu lagern. „Ueberall wo meiner Anordnung Folge geleistet wurde, nahm die Zahl der Erkrankungen in ganz erfreulichem fast unglaublichem Maasse ab.“ Auch unter den Ergriffenen verminderte sich die Sterblichkeit. —

„Meine kühne, energisch empfohlene und doch so einfache Anordnung hat, ich spreche es mit aller Sicherheit aus, vielen Tausend Personen das Leben gerettet.“ (Ganz ähnlichen Erfolg von tüchtiger Ventilation hatte Dr. Oidmann bei den Pocken, wie sein unlängst veröffentlichter Bericht an die Regierung zu Aachen darthut. *)

Dr. Stamm nimmt 3 Hauptformen des Typhus an, Typhus lymphaticus, Ileotyphus und Typhus biliösus, jede von besondern Einflüssen bedingt und zum Theil von der Wärme abhängig.

Erstere Form kommt nur in kälteren Zonen und bei Bevölkerungen vor, die sich hauptsächlich von Pflanzen nähren, so in Oberschlesien, in Irland, wie bei den Indianern Perus.

„Weil im Oppelschen Bezirk eine mangelnde zum Theil verdorbene Kartoffel und Cerealiennahrung das Einzige war, was den Bewohnern übrig blieb, Viele aber hatten faktisch tagelang gar nichts zu essen.“ Die Dünste der schmutzigen Wohnungen, der Mangel an Lufterneuerung, die eingeschlossene Zimmer-

*) Vergl. 247.

luft thaten auch das Ihrige, das gesunde Leben der Lymphgefässe zu beeinträchtigen.

„Wird den Lymphgefässen nicht mehr die entsprechende Nahrung zugeführt, so vermögen sie weder sich selbst noch das Blut zu ernähren, ihre Thätigkeit erschläfft, sie werden funktionsunfähig, das Blut wird nicht mehr durch sie ernährt, es entmischt sich, dadurch wird das Gangliensystem und das ganze Nervensystem in Mitleidenschaft gezogen und der Typhus lymphaticus entsteht.

Aus gleichen Gründen ist auch in Irland der Typhus lymphaticus zu Hause, weil vielfach die Massen des Volkes nicht einmal die genügende Pflanzennahrung haben. Eine reichliche Cerealienahrung ist selbst in den besten Jahren vielen Tausenden nicht beschieden, die Kartoffel ist das Hauptnahrungsmittel. In schlechten Jahren wird aber die Cerealienahrung und ein Stück guten Brods schon zum Leckerbissen, selbst die genügende Kartoffelnahrung ist nicht mehr vorhanden, halbverdorbene Pflanzennahrung wird aufgezehrt, Viele haben Hunger, fürchterlichen Hunger. — Zudem zwingt die Armuth zum engen Zusammenwohnen ganzer Familien in einem Zimmer.

Der Typhus lymphaticus, so schliesst Dr. Stamm, entsteht also in Jahren des Mangels bei Bevölkerungen, die sich hauptsächlich von Pflanzennahrung erhalten, wo überdies schmutzige Wohnungen sind, jedoch nur im gemässigten Klima. In Ostindien herrscht er daher nicht, sondern das soziale Elend erzeugt dort die Cholera. Die an Typhus Erkrankten können durch Ausdünstung auch Gesunde anstecken, wobei vorzüglich die Vergiftung durch den Athmungsprocess vor sich geht, es kann aber durch unausgesetzte Ventilation die Mittheilungskraft des Giftes sehr vermindert werden.

Der Ileotyphus (Unterleibstyphus) dagegen kommt in allen Himmelsgegenden

in Grönland wie in Brasilien, Sumatra etc. vor, er ist vorzugsweise Folge verdorbener Fleischnahrung, die allein ihn hervorrufen kann ohne gravirende Nebenumstände, während Pflanzenstoffe nicht jene specielle Localisation hervorrufen, wie es beim Ileotyphus der Fall ist. Er herrscht daher in Brasilien, wo aus Buenos Ayres*) grosse Quantitäten getrocknetes Fleisch eingeführt werden und den Sklaven wie armen Volksklassen zur Nahrung dienen, häufig in stinkendem Zustande, ebenso in Paris, wo die Armen alle möglichen Fleischabfälle verzehren; auf Schiffen, wo noch durch animalische Ausdünstung verdorbene Luft hinzukommt, ist er unter den Namen „Schiffstyphus“ bekannt.

Die Bubonenpest, die seit 542—94 unter den Namen der Justinianischen Pest in fast allen Theilen des römischen Reiches wüthete und seitdem länger als ein Jahrtausend fast alle Länder der alten Welt abwechselnd heimsuchte, wo sie $\frac{1}{3}$ der Erkrankten hinraffte, ist nach der Ansicht des Dr. Stamm nicht sowohl in Folge sanitätspolizeilicher Anordnungen im türkischen Reiche, sondern aus ganz anderen Gründen verschwunden. Bei seiner Anwesenheit in Cairo gewann er die Ueberzeugung, dass diese Stadt die Brutstätte der Pest war und von da in die orientalischen Häfen verbreitet wurde. Cairo war früher nicht allein sehr schmutzig, von einem allen Unrath aufnehmenden Canal durchzogen, die Leichen wurden in den Häusern selbst und oberflächlich eingescharrt, sondern es war auch von Sümpfen und einer hohen Hügelkette umgeben, die den Zutritt der sehr gesunden trockenen Wüstenluft verwehrte. So kam es, dass mit dem Rücktritt des Nilwassers, wo die zurückbleibenden animalischen und vegetabilischen Stoffe in Fäulniss übergingen und von den schlecht begrabenen

*) Buenos Ayres wurde neuesten Nachrichten zufolge vom gelben Fieber furchtbar verheert.

Leichen Dünste entströmten, die Pestseuche ihren Anfang nahm und bis zur Sommerhitze dauerte. Da fasste der Vicekönig Mehmed Ali den Entschluss, um die Stadt zu verschönern, mit grossen Kosten die Hügelkette abtragen und in die Sümpfe werfen zu lassen, die in Gärten verwandelt wurden, und von da an 1844 nahm die Pest nicht nur in Cairo sondern in ganz Egypten auffallend ab und seit 1868 ist kein Fall mehr im türkischen Reiche vorgekommen, Cairo war also augenscheinlich der Pestkessel.

„Welch grossartiges Bild, Welch grossartige Lehre! Sollten uns Aerzten nicht endlich über das wahre Ziel unserer Wissenschaft die Augen aufgehen? Wie auf dem religiösen und philosophischen, wie auf dem Rechtsgebiete eine neue Zeit naht, ja schon beginnt, so in der Medizin. Diese neue Zeit wird aber begründet werden, durch die Lehre vom Vernichten der Krankheiten, eben dadurch ist der Grundstein für die Zukunft gelegt.“

„Vergesst nicht, dass bei dieser Sache der Seuchen euer Medizinern und Mittelchen wenig oder gar nichts wirken.“

Sehr eingehende Studien hat Dr. Stamm ferner über das gelbe Fieber angestellt, das er für eine Racenkrankheit erklärt, indem die Neger fast gar nicht darunter leiden, obwohl der Sklavenhandel und die Sklavenschiffe sehr viel zur Entstehung und Verbreitung beitragen, denn das ostafrikanische Brakwassersumpfgift besonders von Sièrre Leone im Vereine mit einer künstlich verschlechterten Menschenatmosphäre dürfte der Hauptursprung der Krankheit gewesen sein, die durch die Sklavenschiffe in andere Tropenländer verschleppt und theilweise dort einheimisch wurde.

Dr. Stamm kommt bei seinen Forschungen zu dem Schlusse, dass die

Natur allein ohne Zuthun der Menschen niemals Seuchen hervorbringt. „Der Mensch selber in seiner Geistesbefangenheit, Unwissenheit und Schlechtigkeit half Bubonenpest, Gelbfieber, Cholera und Typhus erzeugen.“

Wir haben auch gesehen, dass gerade diejenigen epidemischen Krankheiten, welche nur mit Hilfe der Vergehen und Verbrechen der Menschen entstanden sind, bis jetzt nicht durch Medikamente mit irgend welcher Sicherheit geheilt werden konnten und er nennt es sogar ein Glück für das Menschengeschlecht, weil man sonst an eine Beseitigung dieser Uebelstände nicht denken würde.

„Englische Geldgier und indischer Pfaffen- und Despotendruck im Verein erzeugten Cholera, erzeugten jenes sociale Elend, welches unter gewissen von uns erwogenen Naturverhältnissen ein so intensives Entstehen der Cholera ermöglichten, dass die Krankheit nicht einmal lokal beschränkt blieb, sondern über die Erde zog“ u. s. w.

Mag man nun an die von Dr. Stamm aufgestellten Hypothesen mancherlei Zweifel knüpfen, so bleibt doch gewiss, dass die von ihm eingeschlagene Bahn eine segensreiche ist und es wäre nur zu wünschen, dass die Mahnworte, die er an seine Herren Collegen richtet, auch überall Beachtung fänden.

Zum Schlusse will ich noch eine Stelle hersetzen, die Zeugnis giebt von dem Geiste der Toleranz und Aufklärung, die ihn so vortheilhaft vor andern Aerzten auszeichnet, welche bei jeder Gelegenheit das Urtheil der Laien bei medizinischen Fragen mit Hochmuth zurückweisen.

„Die Therapeuten, sagt er, haben in der Lehre von der Heilung der Krankheiten im Allgemeinen vielleicht nur wenig mehr Nutzen als Schaden gestiftet. Dies wäre schon längst erkannt worden, hätte sich die Lehre von der Heilung der Krankheiten nicht hinter allzuviel griechischen und lateinischen

Wörterchen verschanzt, wodurch sie den meisten Nichtärzten unzugänglich geworden ist.

„Bei aller Theilung der Arbeit, sowohl bei technischen Betrieben wie bei der Wissenschaft, sollte aber immer eine klare Einsicht der Haupterrungenschaften auch dem denkenden Laien gegeben werden. Eine Wissenschaft hilft der anderen, eine Erkenntniss der andern, und gerade der gesunde Menschenverstand und die Volksbeobachtung haben schon oft sehr bedeutende wissenschaftliche Resultate errungen.

„Die Medizin ist gar nicht eine so unzugängliche und unverständliche Wissenschaft, wie im Interesse des Nimbus daraus zu machen versucht wird.

„Das für das Publikum Unverständliche bei der Medizin sind aber die vielen Fremdwörter, mit denen diese heilige Wissenschaft belastet und verunglimpft wurde und die selbst Aerzte mitunter verpflichtet, ein erklärendes Lexikon zur Hand zu nehmen.

„Wie lange werden die Deutschen sich noch mit dergleichen gelehrten Duffelei spreitzen, welche die allgemeine Verständlichkeit und den Erfindungsgeist zurückdrängt, eine gelehrte Duffelei, welche man doch nicht für echte Wissenschaft ausgeben kann.

„Denken und Selbsthilfe und das Durchdrungensein ganzer Nationen vom medizinischen Geiste kann uns fast ganz von Krankheiten retten, kann allein das einzig richtige Zukunftssystem der Medicin dauernd begründen.

„Längst wäre vielleicht die Pestursache erkannt worden, wenn die Forschung nicht lediglich im Gebiete der Wissenschaft geblieben wäre. Was der gesunde Menschenverstand vermag, hat in der Medizin erst neuerdings der anfangs so empörend von den Aerzten verketzerte, geniale Priessnitz gezeigt,

auch Hahnemann, der, wenn auch nicht durch seine lächerlichen Mittelchen, so doch durch viele seiner allgemein verständlichen Lehren und durch Nachweis von Irrthümern Grossartiges geleistet hat.“

A. Z.

Armeeverpflegung.

Durch die Blätter geht folgender Artikel, den wir der „Frankfurter Presse“ Nr. 378 entnehmen: „In Bezug auf die Verpflegung der Armee soll, dem Vernehmen der „C. St.“ zufolge, bei einer künftigen Mobilmachung nach neuen Grundsätzen auf der Basis der im letzten Kriege gewonnenen Erfahrungen vorgegangen und hiernach auch auf eine entsprechende vegetabilische Nahrung für den Soldaten im Felde mehr Bedacht genommen werden. Es ist nämlich als gewiss anzunehmen, dass der Ueberfluss an animalischer Nahrung bei dem durchgehends stattfindenden Mangel an vegetabilischer bei nur mittelmässigen Anstrengungen des Kriegslebens unseren Soldaten vor Metz verderblich wurde und den dort herrschenden schlechten Gesundheitszustand hauptsächlich erzeugte. Der deutsche Soldat ist nun einmal an eine überwiegend vegetabilische Nahrung, an vielerlei Gemüse und hauptsächlich an Kartoffeln gewöhnt. Mit dem in dieser Beziehung in Deutschland herrschenden Ueberflusse lässt sich der Ertrag der Feldmarken jenseits unserer Grenzen nicht vergleichen. Frankreich bot Ueberfluss an Brot und Wein, aber wenige Gemüse. Der Erbswurst, die als leicht zu präparirendes vegetabilisches und dabei kräftiges Nahrungsmittel grosse Anerkennung verdient, wurde man doch allmählig überdrüssig. Grosse Freude rief es hervor, als die der französischen Loirearmee gehörigen Vorräthe an Conserven und eingemachten Gemüsen in Le Mans und in dem Lager von Conlie erobert und vertheilt wurden. Jeder Soldat der zweiten Armee hatte damals Gelegenheit, zu einigen Büchsen mit eingemachten grünen Erbsen

oder Schoten zu gelangen. Die Fleischpräparate in Büchsen, hauptsächlich der Berliner Fabriken, standen in grossem Ansehen bei den Soldaten, weil sie mit Gemüse u. s. w. dem deutschen Geschmacke gemäss präparirt waren. Bei einer in Zukunft eintretenden Verpflegung der Armee im Felde soll nun die Versorgung mit eingelegten Gemüsen und dergleichen Conserven eine bedeutende Rolle spielen und es sind die eventuellen Veranstaltungen dazu bereits vorgesehen.

Bekanntlich haben während des letzten Feldzuges bei den verschiedenen Corps der deutschen Armee in Bezug auf deren Gesundheitszustand ganz abnorme Verschiedenheiten obgewaltet. Diese Thatsache, deren Erklärung an der Hand der bisherigen Erfahrungen nicht zutreffend gelöst werden konnte, soll nunmehr, wie die „C. St.“ annimmt, in militärärztlichen Kreisen officiellen eingehenden Studien und Berathungen unterzogen werden, deren Resultate seinerzeit der Oeffentlichkeit zugänglich gemacht werden sollen.“

Es ist gewiss erfreulich, dass man zum Besseren sich entschliesst, aber ebenso bedauerlich als unbegreiflich, dass man nicht die volle Wahrheit sieht oder sehen will, die wir so oft in der ganzen veg. Literatur gelehrt finden. Warum nicht durch Experiment auf dem Marsch, im Lazareth, im Waisenhaus es feststellen, was dieses Beispiel doch ausser allen Zweifel setzt?? Ich benutze die Gelegenheit den Freunden einen Gruss von unserm **Oberst Knoerzer** in Stuttgart mitzutheilen. Er schreibt u. A. unter dem 12. August c.: „Meine seit Rückkehr der Truppen aus Frankreich wieder übernommenen Dienstgeschäfte, meine Beförderung zum Oberst und Regimentscommandeur haben mich seither verhindert, Ihnen meinem Versprechen gemäss über mein Befinden Nachricht zu geben.

Leider geht es mit meinem Arme aber recht langsam vorwärts; das Ell-

bogengelenk wird wohl Zeit meines Lebens steif bleiben, dagegen habe ich jetzt — nachdem vor 14 Tagen die lange Zeit gesuchte Kugel endlich an der Handwurzel zum Vorschein kam und herausgeschnitten wurde — die Hoffnung, in verhältnissmässig kurzer Zeit mein Handgelenk und die Finger der linken Hand wieder so weit brauchen zu können, als zur Führung eines Pferdes nothwendig ist. In so lange muss ich aber meinen Dienst zu Fuss versehen.

Glücklicherweise habe ich meine volle Körperkraft wieder erreicht, wie vor meiner Verwundung, zum grossen Erstaunen meiner Freunde und Bekannten, die namentlich kaum begreifen konnten, dass ich schon 2 Tage nach der letzten, ziemlich schmerzhaften Operation — das Blei war ganz von Sehnen und Nervensträngen überwachsen — wieder aufstehen und den ganzen Tag ausser Bette bleiben und wenige Tage später das Regimentscommando übernehmen konnte.

Und das Alles ohne die sogenannte kräftige Kost!

Meine Erfahrungen über die vegetarische Lebensweise während des Feldzuges beschränken sich wie im Jahre 1866 darauf, dass ich mich bei einer durchaus fleischlosen Diät vortrefflich befunden und alle Strapazen mit Leichtigkeit ertragen habe.“ Vergl. S. 427 d. Bl.

E. B.

Zur Tischfrage.

Gegen das gegohrene (?) Grahambrod, das Säure, Gährung und Beschwerden in dem Darne erzeugt, kann nicht energisch genug gewirkt werden; besser gar kein Brodgebäck als solches. Meine herrliche Schrotmehldiät verdient bei Weitem den Vorzug. Es ist unbegreiflich, warum nicht ein Bäcker und ein Backhaus zu beschaffen sein sollte, um unter Aufsicht das deutsche vegetarische Publikum mit ungegohrenem Flachbrode (die beste Form) etwa

1 Zoll, 2—3 Centimeter dick, nach bester Methode bereitet, zu versorgen*). Ich spreche nicht für mich, der ich von allem Brodgebäck emancipirt bin und zwar schon viele Jahre; Schrotmehl und Waizenkörner thun mir die besten Dienste und an Genuss fehlt es mir dabei und bei Obst und Gemüse nicht im Geringsten; meine Klage ist nur, mir Alles selbst besorgen und bereiten zu müssen, da ich gänzlich allein stehe.

Mir erscheint es lächerlich**) Maisgries aus der Ferne kommen zu lassen, da für uns nichts über den kräftigeren, uns dienlicheren Waizenschrot geht, den man roh und gekocht in so vielfacher genussreicher Weise verwenden kann. Aus gemahlenem Waizen und einer Kartoffel bereite ich eine Portion der vorzüglichsten Polenta. Die geschälte Kartoffel wird gekocht, wenn man will, werden die gekochten Stücke zerdrückt, hiernach wird laues oder kaltes Wasser verhältnissmässig reichlich zugegossen und eine Portion Schrotmehl sofort darunter gerührt, das Ganze unter Umrühren gekocht. Ein wenig rohes süßes Obst kann man dazu essen. Auch Erbsen, Bohnen lassen sich verwenden zu ähnlicher Bereitung. K.

Mexico. Von dort schreibt Herr Gumesindo Mendoza, einer der dortigen Reformatoren, der zugleich die vegetarischen Prinzipien anerkannt, unter dem 29. Juni 1871 u. A.: „In meinem Vaterlande waren vor der unglücklichen Eroberung, wie Sie wissen, alle Bewohner dieser weiten Länder Vegetarianer, denn die Basis ihrer Nahrungsmittel waren Früchte: Mais und Chilé (Capsicum), und noch heutzutage, nach mehr als

*) Es wird durch die weite Versendung meist zu theuer, daher die Aushilfe durch Selbstmahlen. Die Red.

**) Wenn aber weit und breit kein guter (unausgewachsener) Waizen zu haben ist und der Maisgries halb so theuer kommt?? Die Red.

3 Jahrhunderten, essen die Eingebornen nur selten Fleisch; ihr Brod ist der Mais, und diese kostbare Körnerfrucht hat alle nährenden Bestandtheile wie das Grahambrod; sie bereiten sie auf einfachste Weise zu, ohne dem Korn etwas weder von seinen plastischen noch von seinen respiratorischen Bestandtheilen zu nehmen, auch enthält sie die phosphorsauren Salze, welche zur Knochenbildung nöthig sind. Unser Freund Hahn*) besitzt ein Werkchen von Koffer über die Vortheile des Grahambrod's. Wir haben dasselbe bereits übersetzt, damit meine Landsleute sich überzeugen und dieses Brod zu ihrer täglichen Nahrung einführen mögen.

Dr. v. Döllinger in München.

Bei der Bedeutung, welche die Bewegung in der katholischen Kirche annimmt, interessirt es wohl einen schon früher in der „Nat. Zeitung“ erschienenen Artikel in Betracht zu ziehen, um einen Blick in die geistige Physiognomie des Mannes zu thun, der die Seele der Bewegung zu sein scheint, und, vom Standpunkt des Vegetarianismus betrachtet, uns offenbar verwandt ist. Der Artikel lautet:

„Wer um 8 Uhr Morgens durch die breite Ludwigsstrasse geht, der wird einem ältlichen hageren Mann begegnen, dem man ansieht, dass er selbst im Gehen arbeitet. Dies ist Döllinger, das grosse Phänomen von München, der Professor der Theologie, das Mitglied der ersten Kammer, der Ajax gegen die Unfehlbarkeit.

Wenn man ihm in's Auge schaut, wird man seltsam betroffen, denn seine Miene hat etwas Steinernes an Kälte

*) Es ist unser L. Hahn gemeint, der Componist, der auch als Sprachlehrer dort wirkt, auch ist es erfreulich zu sehen, wie man in Mexico Deutsch lernt, um die Hilfsmittel deutscher Wissenschaft und Kunst bei den dortigen Reformen besser zur Geltung zu bringen. Gruss den fernen Freunden! Die Red.

und Dauerhaftigkeit. Etwas Unverwüstliches liegt in derselben, man weiss auf den ersten Blick, dass dieser Mann achtzig Jahr alt wird. Seine Augen sind kühl, über sein Gesicht laufen jene hundert und aber hundert Fältchen, die das Gesicht des Gelehrten ciseliren; die Leute sagen deshalb: er sei hässlich. Allein es ist jene Hässlichkeit, die uns mehr fesselt, als manche Schönheit, weil sie durchgeistigt ist, weil der ebenmässige Gedanke sich um so frapperanter von ihr abhebt.

Wenn wir den alten schwächlichen Herrn mit dem messen, was er für die Wissenschaft geleistet hat, dann wird er zum Giganten; denn die Fäden der ganzen Weltgeschichte fasste er mit kluger Hand zusammen, die Bahn der Jahrhunderte hat er in wenigen Decennien zurückgelegt. Man möchte glauben, dass ein Geschichtsforscher der alten Zeit unwillkürlich bei seinen Studien altert, wenigstens in dem Sinne, dass seine Theilnahme für das moderne Leben sich mindert, dass sein Scharfblick nur mittelbar sich auf die Neuzeit anwendet. Bei Döllinger ist es gerade umgekehrt. Er ist Kosmopolit in jeder Richtung, weltläufig im Verkehr, modern in seiner Gelehrsamkeit. Nur in einem Punkt ist er antik und das ist die Bedürfnisslosigkeit des alten Mannes. Seine Mittagstafel dauert nicht länger, als anderswo das Läuten zur Tafel; ihr Inhalt ist häufig nicht viel reicher, als die berühmte Römer-Mahlzeit von Kohl und Wasser. Nur die ausserordentliche Enthaltensamkeit sichert die ausserordentliche Arbeitskraft des greisen Gelehrten. Wenn jüngere Freunde um ihn versammelt sind und sich wundern, wie man bei solcher geistigen Anstrengung so kräftig bleiben könne, lächelt der Meister mit jenem feinen kalten Blick, der ihm eigen ist, und versichert, dass er gesund geblieben sei, weil er so viel gearbeitet, nicht obgleich er es gethan. Das Nervöse, das Ueberreizte, das wir so häufig bei den gei-

stigen Führern der gegenwärtigen Schulen finden, ist in seiner Persönlichkeit ohne jeden Ausdruck geblieben.

Und doch, welche Fülle schwerer Eindrücke und Erlebnisse hat dieser Mann zusammengefasst, durch welche Welt der erschütterndsten Gegensätze hat er sein Leben hingeführt, wie brannte der Boden, auf dem er kämpfend stand! Und dennoch vermochte diese Gluth ihm nicht ein Haar zu versengen und seine Geistesruhe nicht in die leiseste Verwirrung zu setzen. Zu jener Zeit, da Görres noch in München regierte, theilte Döllinger die Richtung desselben, aber wir haben es beinahe ganz vergessen über den unendlichen Verdiensten, welche er sich jetzt um die Freiheit des Glaubens erwarb. Jetzt ist Döllinger identisch mit der grossen Bewegung, die gegen Rom und die Unfehlbarkeit in's Leben trat; und die Söhne der jüngsten Zeit werden kaum verstehen, dass er jemals etwas anderes bedeutet hat.

Den ersten Ruhm erwarb sich Döllinger als Lehrer; bald waren seine Schriften in den Händen sämtlicher Theologen. Wenn die Kirchengeschichte auch sein eigentlichstes Fach blieb, so griff seine Gelehrsamkeit doch weit über diesen Rahmen hinaus und ergründete die Ideen, die im theokratischen Judenthum verkörpert waren, und die Culturformen der heidnischen Welt mit gleicher philosophischer Tiefe. Die Heldenthat seines Lebens aber, die volle Ernte seines Ruhmes war erst dem Greisenalter vorbehalten, es war die unverzagte, unbesiegte und unabänderliche Opposition gegen das jüngste Concil. Wie Döllinger der erste war, der die Lehre von der Unfehlbarkeit und dann den ökumenischen Charakter des Concils mit furchtbaren Waffen bekämpfte, so ist er jetzt der letzte grosse Name, der (neben Strossmayer) noch feststeht, an dem alle Verführungskunst der Jesuiten scheitert. Die Antwort aber, die er dem erzbischöflichen Ordi-

nariat, das in plumpster Weise mit Suspension und Kirchenstrafe drohte, in den letzten Tagen des März gegeben hat, thut dar, dass auch die Furcht über ihn so wenig Gewalt hat, wie die Schmeichelei.

Treten wir noch auf kurze Zeit in die Wohnung des grossen Professors. Sie ist hoch und geräumig; die Wahrzeichen des Theologen und des Gelehrten streiten darin um die Oberhand. Fromme Damengeschenke vertreten uns den Weg, hier ein gestickter Betschemel, dort ein Blumenkorb. Etwas Einsames aber fühlt man doch hindurch, etwas wie die Luft des Cölibats. Die Etage umfasst vielleicht 12 Zimmer, sie werden indessen nicht von ihrem Herrn, sondern nur von der Bibliothek desselben bewohnt. Kein Gelehrter in Europa beherrscht gegenwärtig ein so weitläufiges Material wie Döllinger, und keine Privatbibliothek (einige in England etwa ausgenommen) wird einen ähnlichen Umfang ausweisen, wie die seinige. Zahllose Bände stehen hier aufgespeichert: aus Spanien 1003, aus Frankreich 2000, die meisten aber aus dem „kälteren“ Deutschland. Hier ist der Meister weniger genügsam; scherzhaft nennt er die Bibliothek seine bessere Hälfte, und darum räumt er ihr auch die bessere Hälfte seiner Wohnung ein. Eintretend finden wir ihn im grossen Lehnstuhl vor seinem Schreibtisch sitzend. Man wird an der Thüre nicht abgewiesen, wie bei anderen vornehmen Herren der Geistesaristokratie, die bloss eine Stunde im Tag Audienz geben, sondern der schüchterne Studiosus hat ebenso offenen Zutritt, wie ihn Graf Montalembert hatte oder Lord Acton. Eine ruhige, aber wohlwollende Leutseligkeit wohnt noch heute in dem Manne, obschon er in Kämpfen alt und im Siegen stolz geworden ist.

Das ist eben jene Macht echter, voller Bildung, jene Humanität, die den Adel der Menschen bildet. In diesem Sinne ist Döllinger eine der vornehm-

sten Erscheinungen; in anderem giebt er wenig auf den Erfolg; schon mehrmals wurde ihm die bischöfliche Würde angetragen; Orden und Auszeichnungen aller Art gingen spurlos an ihm vorüber. Der Fremde, der ihn zum ersten Male sieht, wird sich natürlich bemühen, das Gespräch auf jenes Gebiet zu leiten, auf dem die Meisterschaft Döllinger's begründet ist. Dieser aber weicht ihm mit grosser Vorsicht aus. Unterrichtet über Alles, voll Interesse für das Kleinste, findet er allenthalben Anknüpfungspunkte, um das Gespräch von religiösen Fragen abzulenken, ohne dass es deshalb alltäglich würde, weil es das Alltägliche behandelt.

Wenn aber dennoch die grosse Frage an die Reihe kommt, dann lehnt er sich noch tiefer in den Lehnstuhl zurück, als sonst und verschränkt die Hände hinter dem Haupt; seine Bewegungen werden noch bedächtiger; nur sein Auge ist rasch. Fasst er uns dann plötzlich mit dem klugen, lebhaften Blick an, dann erinnert dieser Blick unwillkürlich an die Augen Hegel's.

Durch die Stellung, welche Döllinger zum gegenwärtigen Concile einnimmt, ist ihm die ganze gebildete Welt, vor Allem Deutschland, Dank schuldig; denn in Wort und That vertritt er die Menschenrechte der Gewissensfreiheit und der Vernunft. Indem er die grossen Gedanken der Vergangenheit suchte, fand er den grossen Gedanken der Gegenwart. Freilich giebt es in der Kirche eine Partei, die den Satz vergessen hat: Die Wahrheit wird Euch frei machen. Diese behandelt Döllinger als ihren Feind. Er ist der Aristides der Kirche, den der Clerus verbannt, weil er weiser und gerechter ist, als die Uebrigen. Wir ändern aber denken anders darüber: wir bewundern sein Talent, doch was uns am meisten Noth thut, das ist sein Charakter.“

Japanesen in Deutschland.

Von den 180 jungen Japanesen, welche in alle Länder ausgesandt wurden, die Weltcultur zu studiren, sind über St. Francisco, New-York, Ostende eine Anzahl auch nach Deutschland gekommen. Drei von ihnen, die Fürsten Miura, Arima und Chara sind in Folge einer Empfehlung des englischen Gesandten in Berlin nach dem Badeort Kösen an der Saale gekommen, woselbst sie die deutsche Sprache lernen, in welcher Dr. Sargosky in Schulpforta sie unterrichtet. Ein Freund, der täglichen Umgang mit ihnen pflegt, bemerkt unter Anderm: „Es sind liebenswerthe, intelligente Leute, äusserst fleissig, unaufrührlich sich unterrichtend; sie besitzen äusserst feinen Tact, Zartgefühl und Bildungstrieb, . . . sind stets sanft höflich, gelehrig, — sie haben schöne Lexica, Landkarten, Photographien und kleiden sich fein englisch. Was den Vegetarianismus der Japanesen betrifft, so ist schwer dahinter zu kommen, da die Gewohnheiten der Japanesen in den letzten 10 Jahren sich äusserst umgewandelt, wie ich aus den Gesprächen mit ihnen merke. „Das war früher so“, sagen sie bei hundert Gelegenheiten. Gewiss ist, dass Reinheit des Körpers eine Hauptregel der älteren japanesischen Religion ist, wie in Indien. Ihre Bekenner dürfen daher, um sich nicht zu verunreinigen, Thiere, die zur Arbeit gebraucht werden*), weder tödten noch essen. Dagegen verzehren sie Fische, müssen sich jedoch vor Verunreinigung durch Blut hüten. Hauptnahrung der untern 4 Klassen ist Reis, Bohnen, Erbsen, Kartoffeln, Rettige, Gemüse aller Art, Gartenfrüchte. Seit 6—10 Jahren kehren sich die „Aufgeklärten“ nicht mehr an die Speiseverbote und essen auch Fleisch von Hausthieren. . . Ihre Sprache ist äusserst wohlklingend aber unerlernbar. Ein Russe brauchte

*) Hierin zeigt sich gerade das humane Princip! Vielleicht erfahren wir aus dieser Quelle noch Näheres. E. B.

6 Monat, um das Wort für „Feuer“ richtig sprechen zu lernen. Ihr Aussehen ist mongolisch-malayisch, nicht schön. Dass die Europäer und Amerikaner Japan erschlossen haben, kann man durchaus nicht als ein Glück für Japan betrachten. Sie waren glücklich, harmlos, uneigennützig, kurz gut und glücklich in ihrer Art; unsere „Civilisation“ wird sie verschlechtern und Umwälzungen herbeiführen, die sie elend macht. Die Frechheit aller Matrosen, die an ihre Küste kommen, ist greulich und wir betrügen sie nur.“ E. B.

Veränderungen des Mehles bei längerer Aufbewahrung.

Schon verschiedentlich, und auch in diesen Blättern, ist es hervorgehoben, dass sowohl in gesundheitlicher als öconomischer Beziehung ein grosser Werth darauf zu legen ist, stets frisch gemahlene Mehle zu gebrauchen. Wer nun aber nicht selbst im Besitz einer Handmühle ist, für den lässt es sich schwerlich vermeiden, einen kleinen Vorrath für den laufenden Bedarf hinzulegen, und ist es in diesem Falle wichtig, die beste Aufbewahrungsmethode — ob im Fass oder im Sack — herauszufinden.

Die allgemein bekannte Thatsache, dass Mehl, welches längere Zeit in Fässern aufbewahrt gewesen, einen „Fassgeruch“ annehme, bildete das Thema einer wissenschaftlichen Untersuchung des Professors Poleck, über welche er in der schlesischen Gesellschaft für vaterländische Cultur Bericht erstattete. Es sollte festgestellt werden, ob der Fassgeruch des Mehles schon den Anfang einer für die Brodbereitung nachtheiligen Veränderung bezeichne. Das Resultat war ein positives. Der Kleber der Mehlsorten, welche den erwähnten Geruch zeigten, war zum Theil in eine lösliche Modification übergegangen und das Mehl hatte an seiner teigbildenden Kraft verloren.

Im „Naturforscher“, 1871 Nr. 20,

wird über fünf untersuchte Mehlsorten, von denen das Mehl Nr. 2 in Säcken und die andern vier Sorten in Fässern aufbewahrt waren, mitgeteilt: dass die Analyse im normalen schönen Mehl

Nr. 2 11,06 % Kleber und
1,44 % lösl. Eiweissstoffe ergab,
während

Nr. 1 8,37 % Kleber

2,14 % lösl. Eiweissstoffe

Nr. 3 7,40 % Kleber

6,90 % lösl. Eiweissstoffe

Nr. 4 7,23 % Kleber

4,44 % lösl. Eiweissstoffe

Nr. 5 6,54 % Kleber

6,46 % lösl. Eiweissstoffe

in
Fässern

ergaben und die Mehlsorten Nr. 3 und Nr. 5 mit dem höchsten Gehalt an löslichen Eiweissstoffen zugleich sauer reagierten, während die drei übrigen neutral waren.

Die Ursache dieser chemischen Umwandlung findet Professor Poleck in dem Umstande, dass in den Fässern das Mehl seine Temperatur nicht ausgleichen kann und mit der Atmosphäre in keinem Verkehr steht. Daher erhalte sich das Mehl in Säcken viel länger ganz frisch. Ferner ist eine Thatsache, dass das Sauerwerden einer Mehlmasse sich mehr in der Mitte und viel schwächer nach aussen hin entwickelt, was offenbar gleichfalls von dem erschwerten Luftzutritt nach dem Inneren herrührt. □

Paul und Virginie.

Wenn es auch für den Einsichtigen und den die Gesetze des Vegetarismus und ihre Konsequenzen vorurteilsfrei Prüfenden verhältnissmässig nur kurzer Zeit bedarf, um sich vollständig von der Richtigkeit und den heilsamen Folgen der natürlichen Lebensweise zu überzeugen, und wenn auch bereits die über diesen Gegenstand ziemlich angewachsene deutsche Literatur eine Fülle von Beispielen aus den verschiedensten Zeitaltern gesammelt hat, die uns in überzeugender und wahrheitsgetreuer

Weise den Beweis liefern, dass zu allen Zeiten bevorzugte und erleuchtete Geister des Princip der blutlosen Diät als das für das menschliche Leben einzig und allein Heilsame und für die Grundlage eines dauerhafteren und reineren Glückes hielten, als das menschliche Leben unter den üblichen Verhältnissen bietet und sonach eine Vermehrung dieser Beispiele um ein neues nach diesen beiden Richtungen hin anfangs zwecklos und überflüssig erscheinen könnte, so wird man wohl nicht mit Unrecht nach dem Grunde fragen, warum eine solche dennoch mit diesen Zeilen eintritt. Die Antwort darauf glaube ich gegeben und dadurch somit die Berechtigung zur Veröffentlichung des Nachfolgenden nachgewiesen zu haben, wenn ich die Behauptung aufstelle, dass für viele, vielleicht für die Mehrzahl der Menschen erfahrungsmässig das Beispiel im Leben die Hauptrolle spielt und oft eher im Stande ist, einen Umschwung der Anschauungen herbeizuführen, als die eigene, von den verschiedensten Neben Umständen abhängige und dadurch befangene Einsicht, und dass das im Folgenden angeführte Beispiel ganz besonders würdig ist, der Vergessenheit entrissen und den sich für unsere Sache Interessirenden in Erinnerung gebracht zu werden.

Jaques Henri Bernardin de Saint-Pierre*) ist es, der die natürliche Lebensweise und ihre Folgen in seinem Romane: „Paul et Virginie“, der zuerst 1788 erschien, sowohl in Frankreich als im Auslande einen ungeheuren Erfolg errang, noch heute für „un des chefs-d'oeuvre de la langue française“ gilt und seinen Verfasser unsterblich machte, in reizender und, soviel mir bekannt, in diesem Genre unübertroffener Weise verfiel. Es würde über den Zweck dieser Zeilen hinausgehen, die vor allen Dingen eine Anregung zur selbstständigen Lectüre des genannten

*) naquit au Havre en 1737 en mourut en 1851.

Pilze.

Obschon die Bedeutung der stickstoffhaltigen und stickstofflosen Nahrungsmittel für den Organismus in ganz anderen Beziehungen zu suchen ist, als man gewöhnlich annimmt, so stimmen wir doch darin überein, dass beide in einem gewissen Verhältnisse für die Erhaltung des sich fortwährend abnützenden Organismus nothwendig sind. Da aber besonders in unseren Klimaten die Zahl der vegetabilischen Nahrungsmittel nicht gerade reich ist, so wollte ich durch diese Zeilen nur auf die Nahrhaftigkeit der oft verkannten Pilze hinweisen. Die folgenden Analysen, bei denen besonders auf den hohen Stickstoffgehalt zu achten ist, von meist hier wachsenden Pilzen mögen sie beweisen:

1) *Boletus edulis*. 100 Theile Substanz ergaben: 15,41 % Wasser, 84,58 % Trockensubstanz. 100 Theile Trockensubstanz enthielten 22,82 % Protein (Eiweissstoffe), 5,14 % Mannit (Zuckerart.), 1,98 % Fett, 57,29 % Extractivstoffe, 6,55 % Holzfaser und 6,22 % Asche, die reich an Phosphorsäure ist.

2) *Cantharellus cibarius*. 100 Theile Substanz gaben in ganz frischem Zustande 92,08 % oberflächlich getrocknet 16,48 %. Die Trockensubstanz lieferte 10,68 % Protein, 23,43 % Mannit, 1,38 % Fett, 46,55 % Extractivstoffe, 9,47 % Holzfaser, 9,19 % Asche, die ebenfalls reich an Phosphorsäure ist.

3) *Clavaria flava*. 100 Theile gaben 21,43 % Wasser und 78,58 % Trockensubstanz, welche in 100 Theilen 24,43 % Protein, 8,81 % Mannit, 2,13 % Fett, 48,94 % Extractivstoffe, 6,94 % Holzfaser und 9,75 % Asche, wie oben Phosphorsäure enthaltend.

4) *Morchella esculata*. 100 Theile gaben 15,81 % Wasser, 84,19 % Trockensubstanz, die in 100 Theilen enthielt 33,00 % Protein, 7,48 % Mannit, 1,72 % Fett, 40,59 % Extractivstoffe, 5,58 % Holzfaser, 9,74 % Asche mit hohem Phosphorsäuregehalt.

5) *Tuber cibarium*. Im frischen

reizendes Werkes geben sollen, wenn ich ausführlicher über dasselbe und die darin vertretenen Ansichten sprechen wollte und so beschränke ich mich darauf anzugeben, dass in demselben als Folgen der natürlichen Lebensweise ganz besonders: körperliche Schönheit, Kraft und Gewandtheit (a, b, d); geistige Schönheit, Reife und Regsamkeit (a, b); ungetrübte Heiterkeit und Frohsinn (e); verbunden mit Reinheit der Sitten und Unschuld des Herzens (c); und neben innerem Frieden (f), auch wohlthuernder Friede in der äusseren Umgebung (g), hervorgehoben werden, und erlaube mir noch die Belegstellen dazu aus dem Werke selbst anzugeben. Es sind dies vor allen Dingen 7 und sie finden sich in der wegen ihrer Brauchbarkeit empfehlenswerthen Ausgabe von Dr. S. Hoffa (Braunschweig, Westermann 1845) auf a. Seite 20 u. 21, b. Seite 40, c. Seite 51, d. Seite 56, e. Seite 56, f. Seite 63, g. Seite 111. Hauptstelle ist c., Seite 51, die ich in Uebersetzung beifüge: „Wie oft habe ich im Schatten dieser Felsen mit ihnen ihre ländlichen Mahlzeiten getheilt, welche das Leben keines Thieres gekostet hatten; Kürbisse, gefüllt mit Milch, frische Eier, Reiskuchen auf dem Laube von Babanen, Körbe voll Kartoffeln, Früchte des Mangobaumes, Orangen, Granatäpfel, Bananen, Datteln, Ananas gewährten immer die gesündesten Nahrungsmittel, den heitersten Anblick und den angenehmsten Geschmack.“ Die übrigen Stellen führen dann alle angegebenen Folgen dieser einfachen natürlichen Lebensweise in einer edlen Sprache und einem erhebenden Geist, der dem Leser aus dem ganze Buche entgegenweht, weiter aus und ich schliesse diese Mittheilung, indem ich mir nochmals erlaube, alle Freunde der natürlichen Lebensweise auf seine Lectüre, die ihnen gewiss Stunden der genussreichsten Art bereiten wird, aufmerksam zu machen.

Gotha, im Juni 1871.

Cand. phil. C. Thilo.

Zustände gaben 100 Theile 70,83 % Wasser, 29,17 % Trockensubstanz, die in 100 Theilen enthielt: 36,32 % Protein, 2,48 % Fett, 23,16 % Extractivstoff, 28,31 % Holzfaser und 9,73 % Asche von hohem Phosphorsäuregehalt.

Die Analysen sind von Siegel; vide Schmidt's Jahrbücher der Medicin 1871, Nr. 4, S. 103 und 104.

Bitte an die Mitglieder unseres Vereins.

Die vegetarianische Gesellschaft in England beabsichtigt, ihre Bibliothek so weit zu vervollständigen, dass wo möglich alle Bücher darin zu finden sein sollen, welche in irgend einer Sprache über diätetische Gegenstände erschienen sind, oder sonst in religiösen, volkswirtschaftlichen oder in irgend einer andern Beziehung zum Vegetarianismus stehen. Von mehreren unserer Mitglieder sind bereits Beiträge dazu geliefert und mit Dank angenommen, und würden weitere Beiträge sehr willkommen sein. Namentlich die ältere Literatur, z. B. Struve's Mandaras, Zimmermann's Weg zum Paradies u. s. w. wird noch fehlen und bitte ich, was derart irgendwo entbehrlich ist, entweder direct an den Secretair der vegetarianischen Gesellschaft Mr. Bailey Walker in Manchester (Cathedral Close 24) einzusenden oder es mir zu schicken, damit ich es hinüber senden kann.

Deutscher Verein für naturgemässe Lebensweise.

Werthe Vereinsgenossen! Da uns in Betreff des Ortes zur Abhaltung des Vereinstages genügende Offerten bis jetzt nicht zugegangen sind, auch zur Tagesordnung wesentliche Anträge nicht vorliegen, ausser solchen, die der Vorstand und der Berliner Lokalverein gestellt haben würden, sehen wir uns leider gezwungen, nunmehr den diesjährigen Vereinstag ausfallen zu lassen.

Als Ersatz beabsichtigen wir, den Mitgliedern Flugschriften und Brochuren zur Verfügung zu stellen, um mittelst derselben in Vereinen, durch die Presse und sonstwie agitatorisch zu wirken. Wir bitten, uns zu dem Zwecke geeignetes Material zu übersenden.

Beitragszahlungen für das neue Geschäftsjahr 1871/72 sehen wir entgegen.

Desgleichen würden unsere Freunde in England gern durch uns erfahren, ob ausser den in unserm Adressbuch verzeichneten Personen noch in andern Ländern Vegetarianer oder vegetarianische Vereine bekannt sind. Namentlich werden unsere Mitglieder in Ungarn, Russland, Dänemark, Italien, Schweden u. s. w. ersucht, Nachricht zu geben, ob ihnen vegetarianische Schriften in der Literatur dieser Länder, oder im Französischen, Spanischen u. s. w. bekannt geworden sind. Alles was über diese Gegenstände mitzuthemen sollte, bitte ich freundlichst, entweder mir oder an Mr. Bailey Walker in Manchester direct zu schreiben. Was in England gearbeitet wird, kommt auch unserm Vereine wieder zu gut.

Hannover.

Alfred von Seefeld.

Nordhausen, im August. Unser Gesinnungsgenosse, Prediger Biron in Neuwied, früher in Graz, Steiermark, ging als solcher nach Milwaukee, Wisconsin. In seinem „Freidenker“ wird er auch dort die Sache des Vegetarianismus vertreten. — Berichtigung: St. Breuer bemerkt, dass im Adressbuch ein Irrthum untergelaufen: er ist noch unverheirathet, treibt aber aus Neigung Oeconomie und Erziehung nach vegetarianischen Grundsätzen in Modletin, Böhmen.

E. B.

Da das Adressbuch*) vollständig vergriffen, aber bedeutende Nachfrage nach demselben ist, gedenken wir am 1. October c. eine neue Auflage zu veranlassen und bitten, uns bezügliche Notizen, Veränderungen oder Verbesserungsvorschläge umgehend zu machen, vor Allem erwarten wir neues Leben seitens der Lokalvereine. Wirke Jeder nach Kräften für unsere Principien! Möge der nächstjährige Vereinstag nicht wieder auf Hindernisse stossen!

Berlin, den 20. August 1871.

Der Vorstand des deutschen Vereins für nat. Lebensweise.

L. May, Prof. Dr. Baron, Dr. Nauhaus,
233. Linienstrasse. 53. Louisenstrasse. 4. Chausséestrasse.

Nordhausen, 25. August. Unsere Verwunderung und Bedauern, dass dies Jahr kein Vereinstag stattfinden soll, ist um so grösser, als uns über den Fortgang der vegetarianischen Bestrebungen vielfach günstige Mittheilungen zugehen. Selbst die Bildung von Lokalvereinen schreitet fort, so sind in Klausenburg dreissig Personen zu einem solchen zusammengetreten, in Mannheim, Frankfurt am Main, Hannover und Cöln ist ein solcher in Vorbereitung. Charakteristisch ist, dass neuerlich, wie wir gesehen, die Lehrer Interesse und active Theilnahme der Sache zuzuwenden begonnen haben und ist daher zu wünschen, dass künftige Vereinstage in die Zeit der Schulferien gelegt werden. Und das ist nicht nur in Oberösterreich, in Thüringen, im Hannoverschen der Fall, wo Lehrer in Lehrerversammlungen empfehlende einführende Vorträge über dieses System halten, sondern es schreibt z. B. Herr Dechant Ulsess aus Verbova: „Ich melde für alle Freunde der natürlichen Lebensweise die erfreuliche Nachricht, dass hierlands, in Kroatien und Slavonien, der Vegetarianismus sich seine Bahn brach und bereits in die heimathlichen öffentlichen Blätter — besonders Schulblätter — übergang. Besonders viel versprechen wir uns von den Schulmännern, die den Vegetarianismus als ein wichtiges Moment in der Erziehung und Bildung der Jugend annahmen. Und so, Gottlob, wird es bei uns mehr Licht! Wir immerhin erst wenige Vegetarianer hier an der türkischen Grenze senden daher deutschen Freunden unsere herzlichsten Grüsse!“

E. B.

Literarisches.

Soeben ist erschienen: Theodor Hahn, Die naturgemässe Diät, die Diät der Zukunft. Zweite neu durchgesehene und vermehrte Auflage. Cöthen 1871. 1 Thaler. Es muss nach 13 Jahren vereinsamten Ringens dem Verfasser eine grosse Befriedigung sein, dass gegenwärtig das Interesse für Selbsterkenntnis und Selbstreform so weit erwacht ist, dass eine neue Auflage dieses Buches möglich ward; eine Bürgschaft zugleich für den erwachenden Sinn für vegetarianische Wahrheit. Die fremde Pflanze ist auf deutschem Boden heimisch geworden, ihre fernere deutsche Cultur wird nicht fehlen. Wir begrüssen diese neue Auflage mit um so grösserer Freude und empfehlen sie um so mehr, als Referent selbst diesem Buche seine Umkehr von einem verderblichen Wege verdankt.

E. B.

Mein Flugblatt: „Zur Kunst des vernünftigen Lebens“ ist in das Ungarische übersetzt und von Hrn. Zsigmond Gámán in Klausenburg zu beziehen.

E. B.

Von Hrn. L. May erscheint dieser Tage ein Bericht über seine Reise.

*) Unbefriedigte Besteller desselben wollen sich einige Zeit gedulden.

In **Gotha** erhält man ausgezeichnetes **Grahambrod** beim Bäckermeister **Stieberitz, Mönchelsgasse.** Th.

Die in voriger Nr. angezeigte Badeanstalt in Brühl ist durch Platzen des Dampfkessels leider betriebsunfähig geworden. Herr Joh. Breuer hat die Direction suspendirt, lebt in Cöln und geht im November nach Bonn.

Ein auswärtiges Mitglied unseres Vereins, freier relig. Richtung, durch Correspondenz seit Jahren mir schätzenswerth, fragt mich, ob ich in diesem Blatte sein Gesuch aufnehmen möchte, welches dahin zielt, eine gebildete Dame gleicher Richtung zu finden, die eventuell ihm die Hand zur Ehe reichte und mit etwas Kapital in sein erweiterungsbedürftiges lohnendes Fabrikgeschäft (in angenehmer Gegend) eintreten würde. Ich bemerke hierauf, dass dieses Blatt kein Inseratenblatt ist (als solches wäre es steuerpflichtig), ich also keine Inserate aufnehme. Wenn ich ähnliche „Gesuche“ zuweilen gebracht, so ist das meine persönliche Sache gewesen. Am wenigsten möchte ich mich mit Heirathsgesuchen befassen, doch will ich in diesem Fall, wohl wissend wie schwierig die qu. Frage in mancher Situation ist, zur („wenn auch vorerst anonymen“) Correspondenzvermittlung in discretester Weise bereit sein.

E. Baltzer.

Gesucht wird vom Uhrmacher Mayer in Gr.-Oschersleben ein vegetarianischer Uhrmachergehülfe.

Ein junger Mann, seit mehreren Jahren Vegetarianer, der doppelten Buchführung mächtig und studirter Polytechniker, sucht in einem vegetarianischen Handlungshause oder Fabrikgeschäfte Engagement. Gef. Offerten sub L. S. befördert H. Baedeker, Buchhandlung in Cöln.

Briefkasten.

Sehr geehrter Herr Baltzer! Wären Sie wohl so gütig, einmal in unserm Blatte, etwa im Fragekasten, eine Aufklärung über Ruhe oder Bewegung nach der Mahlzeit zu geben? Der Volksmund, der in solchen Sachen noch die beste Autorität ist, spricht in diesem Falle leider doppelzünftig: einmal: „nach dem Essen muss man stehen oder tausend Schritte gehn.“ das anderemal: „ein jedes Thierlein ist so weise, es ruht ein Stündlein auf die Speise.“ Der erste Spruch ist freilich bekannter und beliebter, dagegen sprechen Aerzte sich in der entgegengesetzten Weise aus. Dr. Bock, der wenigstens naturgemäss verfahren will, wenn er auch in manchen Punkten z. B. Fleischessen, Warmbaden nicht das Rechte trifft, empfiehlt an Stelle des oben angeführten ersten Verses einen andern: „nach dem Essen muss man ruhn oder auch ein Schläfchen thun!“ Und Dr. Klenke, der dem Vegetarianismus sehr nahe steht, verordnet bei gestörter Verdauung (z. B. Hämmorrhoiden I. und II. Stufe) eine halbstündige tiefe Ruhe, die nur eigentlich nicht Schlaf sein muss. Was ist nun das Rechte? Kinder, natürliche Menschen, Kätzchen scheinen mehr Vorliebe für Bewegung zu haben; mir selbst zuckt es auch in den Gliedern, mich zu tummeln, allein ich weiss, dass ich sehr nervös bin und habe mich bis jetzt nach Dr. Klenke gerichtet. Bitte also noch einmal um Aufschluss. Ergebenst H. S. in B. (Ei zum Teufel mit all der Weisheit. Ich und jeder Vegetarianer wird nach Tisch so gut wie vor Tisch arbeiten oder sonst beliebig sich beschäftigen können. Nur Unmässigkeit macht unfähig dazu, oder die Gewohnheit selten und dann viel auf einmal zu essen, wie — Bestien: Tiger und Schlange und Consorten halten freilich lange Siesta! E. B.)

Hr. K. in B. Dank für Ihre Winke! — Die Pockenfrage weiter, als geschehen, zu verfolgen, ist Sache der ärztlichen Zeitschriften (cf. Wolbold, Naturarzt). — Hr. Th. in G. Das Nordhäuser Kochbuch will eine Brücke sein und erklärt sich selbst hinreichend. „Es hat Alles sein Maas und Ziel“.

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).

Jahrgang IV.

Nr. 31—40.

N^o 33.

Nordhausen, den 9. October.

1871.

Motto: Willst Du den Kampf, den grossen, wagen, so setze zuerst Dich selber ein:

Wer fremde Fesseln will zerschlagen, darf nicht sein eigener Slave sein! R. Prutz.

Unsere Feinde.

Die Geschichte, die grosse Lehrmeisterin der Menschheit, giebt uns die vielfachsten Beweise, dass neue Ideen im Staatsleben, in der Wissenschaft oder Kunst bei ihrem Auftauchen stets, auch wenn die grosse Tragweite und Nützlichkeit derselben für das Menschengeschlecht fast unwiderleglich dargethan wurde, auf das heftigste angegriffen, auf das schnödeste verleumdet, oder sogar, nachdem man sie in der gehässigsten Weise verballhornt, ganz todtgeschwiegen wurden. Freilich gelang dies letztere verhältnissmässig nur kurze Zeit, denn bald brach die der Wahrheit stets innewohnende Kraft auf's Neue hervor, beseitigte alle entgegenstehenden Hindernisse, documentirte in überzeugender Weise ihre beglückenden oder veredelnden Eigenschaften und erwarb sich nach der glänzendsten Rechtfertigung ihrer Existenz, wenn auch nach langen, harten Kämpfen, die wohlverdiente Anerkennung eines grossen Theils der Menschheit. Von diesem Gesichtspunkte aus bin ich so weit entfernt, Angriffe auf irgend welches neue Princip als ein Unglück für dasselbe zu betrachten, dass ich dieselben vielmehr für ein Glück und für ein Criterium seiner Güte halte und ich habe deshalb mit grosser Genugthuung und Freude wahrgenommen, dass unsere Sache, die Einführung und Vertheidigung einer naturgemässen Lebens-

weise, nachdem sie jahrelang todtgeschwiegen, jetzt mehr und mehr zum Gegenstand von Angriffen der Presse und der gebildeten Welt gemacht wird. Wir können dabei nur gewinnen und haben dies schon gethan, wie uns ein kurzer Blick auf unsere und unserer Gegner Literatur, die ganz hübsch anwächst, alle Tage zeigen kann. Auch nicht einer unserer gewichtigen Gründe für unsere Ansicht ist, abgesehen von untergelaufenen Sophistereien und sonstigen Verdrehungen, widerlegt; im Gegentheil, selbst unsere ausgesprochenen Gegner machen uns die weittragendsten Zugeständnisse, und oft hindert sie nur der Mangel an Muth, mit ihrer ganzen Vergangenheit zu brechen, oder die ganz ungerechtfertigte Sorge für ihre gegenwärtige Lebensstellung, am Ende ihrer Argumentationen noch den Schluss zu ziehen, den man nach der ganzen Reihenfolge ihrer Auseinandersetzungen und den Gesetzen der natürlichen Logik erwarten sollte, und der ihre Ansicht mit der unsrigen identificiren müsste. Fast möchte ich alle diese unsere besten Freunde nennen, denn sie machen, ohne es zu wollen, bei jedem denkenden Menschen, für unsere Wahrheit Propaganda und beleben auf's Neue, wenn dies überhaupt nöthig wäre, unsere Gesinnungsgenossen zur Vertheidigung der gewonnenen Ueberzeugung. Dass ich dabei nur die gesinnungsvolle und sich an die Sache

haltende Opposition im Auge habe und von den mehr oder weniger feinen oder rohen Witzeleien von Menschen absehe, denen entweder wegen natürlicher Dummheit oder wegen absoluter Unkenntniss mit dem in Frage kommenden Materiale jedes Urtheil, ja jede Urtheilskraft abgesprochen werden muss, ist wohl selbstverständlich. Leider ist auch die Zahl derer, die, weil sie bisher in anderen Anschauungen erzogen wurden, jede Neuerung als solche, entweder mit durch chronische Denkfaulheit hervorgerufener Gleichgültigkeit oder schmutzigem Gifte und Galle bekämpfen, keine geringe, doch fällt dieselbe nicht sehr in's Gewicht, da jeder vorurtheilsfreie denkende Mensch sofort einsieht, dass auf diese Menschen das Wort des Sallust: „praestare ceteris animalibus“ keine Anwendung findet. Gesinnungsvolle Bekämpfung aber ist und bleibt für uns ein Glück, im Wettkampf der Geister wird die Wahrheit immer mehr von jeder ihr etwa anhaftenden Schlacke gereinigt und in unserem eigenen Interesse wünsche ich, um Professor Leo's Wort*) die einzige dasselbe rechtfertigende Bedeutung zu geben, einen frischen, fröhlichen Krieg, freilich auf dem Gebiete des Geistes, auf welchem ohne der Menschheit im Allgemeinen tiefe Wunden zu schlagen, doch die schönsten Palmen des Sieges errungen werden. Wie lange der Kampf in der hier berührten Frage, die so tief wie wenige in das ganze volle Menschenleben einschneidet, die so gründlich, wie wenige, Jahrtausende lang anerzogene und anerkannte fälschliche Wahrheiten umstürzen will, dauern wird, vermag ich nicht zu sagen, nur das weiss ich, dass der endliche Sieg, wenn auch erst in ferner Zukunft und nach langen Kämpfen, doch an die Fahne der Wahrheit gekettet sein wird, die wir erkannt und für die wir mit allen Waffen des Geistes

*) Geschichtlicher Monatsbericht von Februar und März. („Volksblatt für Stadt und Land“, 1859, Nr. 35.)

in unserem und unserer Mitmenschen Interesse einzutreten, jeder Zeit bereit sind.

Um so unangenehmer hat es mich berührt, dass ich bei meiner Ansicht über die grossen Vortheile dieses geistigen Wettkampfes unsere eigentlichen Gegner im eigenen Lager finde. Ich bin den Bewegungen über die Frage der naturgemässen Lebensweise, so zu sagen, seit ihrem zweiten Auftreten in Deutschland, wofür ich das Jahr 1865 anzunehmen wohl keinen Fehler begehe, längere Zeit aus reinem Interesse für Zeitfragen aufmerksam gefolgt, auch ehe ich selbst ihre Bedeutung erkannt und die Lebensweise angenommen, habe dann später, selbst Vegetarianer geworden, keine Gelegenheit versäumt, an den verschiedenen Orten Deutschlands und Oesterreichs, an denen ich mich aufhielt, Gesinnungsgenossen kennen zu lernen. Unter diesen waren mehrere, wackere Kämpen, denen ich hierdurch, wenn sie sich meiner erinnern, einen warmen Gruss zurufe, leider aber auch mancher, der der guten Sache schadete und oft in grösserem Masse, als dies jemals ein gehässiger oder gemeiner gegnerischer Angriff im Stande ist. Sechs Punkte sind es hauptsächlich, die ich vor allen, so leid es mir thut, offen und im Interesse der Wahrheit hervorheben muss. Obenan steht der niedere Gesichtspunkt, von welchem aus viele den Gegenstand unseres Strebens betrachten und niedere Motive, die sie veranlassten, scheinbar an letzterem Theil zu nehmen, Inconsequenz und Uebertreibung heissen die anderen wahren Feinde, und Unkenntniss der eigentlichen Sache und lästige Proselytenmacherwuth reihen sich diesem vierblättrigen Kleeblatte würdig an. Schon die Anführung dieser Schäden, die ich, wenn ich wollte, jeder Zeit mit Namen belegen könnte, genügt wohl Jedem, der es mit der Sache redlich meint, die grosse denselben innewohnende Gefahr klar vor Augen zu stellen. Oder kann es etwas Dümmeres und zugleich für unser Princip

schädlicheres geben, als wenn sich die Einen als Gesinnungsgenossen geriren, ohne den Kern der Sache auch nur einigermaßen ergriffen zu haben, ohne im Stande zu sein, selbst den plumpesten Angriffen in etwas die Spitze zu bieten, giebt es etwas kläglicheres, als wenn sich die Anderen als Vegetarianer anstaunen lassen (wie so oft geschieht), um am nächsten Tage beim Verzehren vor einem obligaten Enten- oder Gänsebraten betroffen zu werden und bei ihrer Ertappung zugestehen, es sei nur eine Ausnahme und nur bestimmte Umstände, — die es nach meiner bescheidenen Ansicht gar nicht geben kann und nach meiner gemachten Erfahrung gar nicht giebt — hätte sie dazu gezwungen, ohne dabei zu bedenken, dass sie mit solchen kindischen Auslassungen der ganzen Sache Hohn sprechen und für die blöden Behauptungen so vieler alberner Menschen, dass die Vegetarianer wohl heimlich Fleisch essen müssten, weil sie sonst nicht bestehen könnten, in der That den fehlenden Beweis in die Hand geben. Wie lächerlich wird unser Ziel, — beiläufig der grösste Fluch, welcher dasselbe treffen könnte, — wenn es unter uns Menschen giebt, die stolz den Namen Vegetarianer führen und mit kindlicher Naivität, Kleeköpfe, Brennessel etc. etc. sammeln und unter höhnischem Jauchzen unserer Mitmenschen verzehren, und wie armselig erscheint mir unser Standpunkt, wenn der oder jener Vegetarianer mit der sonst in dem Grade hauptsächlich nur bei Weinreisenden anzutreffenden Arroganz und Zudringlichkeit, jeden Menschen, der in seinen Gesichtskreis kommt, zu seiner Ansicht bekehren will. Doch unterlassen wir jede weitere Ausführung, die Sache ist zu traurig, da Nichts uns so schadet, als die genannten Gebrechen. Es liegt mir gewiss fern, mit diesen Bemerkungen irgend Jemand zu nahe treten zu wollen, aber, wenn wir vorgeben, nach der Wahrheit zu streben, dann müssen

wir auch den Muth haben, diese Wahrheit in jedem Falle zu sagen, und dabei, wenn nöthig, bei uns selbst den Anfang machen. Noch mancherlei könnte ich erzählen, wie es da und dort zum Beispiel treue Anhänger unseres Principes giebt, die aber ängstlich ihre Lebensweise als Geheimniss hüten, weil sie nicht einmal so viel Muth haben, das, was sie für gut erkannt, gegen alle Angriffe zu vertheidigen, sondern sich lieber, unter Umständen in Gesellschaftskreisen, gegen den Willen ihrer Natur, einen saftigen Braten einzwängen, wenn auch dieser Zwang für sie die ausgiebigsten Folgen hat; die Sache bleibt aber doch so ein Geheimniss und Niemand erfährt, dass man der viel verketzerten Secte der Vegetarianer angehört!! Doch ich eile zum Schlusse, mit welchem ich die herzliche Bitte, die mir ausschliesslich von dem Interesse für den Gegenstand meines Strebens dictirt wird, an alle Gesinnungsgenossen und Freunde verknüpfe, wenn sie einmal unserem Kreise beigetreten, das ganz und vernünftig, vollständig und consequent zu sein, was sie sein wollen; dann werden wir keine eigentlichen Feinde mehr haben, sondern unsere Sache wird wachsen, blühen und gedeihen und uns, neben dem schönen Bewusstsein, unserer Ueberzeugung treu zu leben und für unsere Mitmenschen nach bestem Wissen und Gewissen zu wirken, schon jetzt einen Vorgeschmack des endlichen Sieges der Wahrheit geben, wenn derselbe auch erst in weiter, unbestimmbarer Zukunft erfolgen wird und kann. *)

Gohlis b. Leipzig, im Septbr. 1871.

Cand. phil. Carl Thilo.

*) (Anmerkung.) Vergleiche hierzu meinen Artikel in Nr. 23 „die Gefahren des Vegetarianismus“ und meinen Schlusswunsch vom zweiten Vereinstage: „Behüte der Himmel den Vegetarianismus vor solchen „Freunden“, mit seinen Feinden wird er schon selbst fertig werden“. S. 307. D. R.

Die Vegetarianer.

Den Namen Vegetarianer haben sich ganze Vereine und einzelne Personen beigelegt und werden auch von Andern ganz richtig danach benannt, weil sie sich nur von Vegetabilien ernähren. Das aus der lateinischen Sprache stammende Wort „Vegetabilien“ bezeichnet Nahrungsstoffe, die nur aus dem Pflanzenreiche entlehnt sind. Die Vegetarianer nähren sich also*) nur von Stoffen aus dem Pflanzenreiche mit Ausschluss aller Fleischkost. Diese Pflanzenstoffe können entweder eine Zubereitung, z. B. durch Kochen, erhalten, was bei den meisten Gemüsen geschieht, oder sie mögen auch roh, wie sie gewachsen sind, genossen werden können, wie z. B. das Obst.

Die Vegetarianer behaupten, dass der Mensch von der Pflanzenkost nicht nur ganz allein sich ernähren könne, sondern auch davon die nothwendige Kraft zur Arbeit erhalte, dass er dabei am gesündesten bleibe und am längsten leben könne, dass er, einmal erkrankt, durch Pflanzenkost am leichtesten und wieder die Gesundheit erlange, ja, dass er bei der Pflanzenkost nicht so leicht in eine Krankheit ver falle.

Die Vegetarianer gehen noch weiter; sie behaupten, dass die Pflanzenkost nicht nur die Gesundheit des Körpers fördere, sondern auch günstigen Einfluss habe auf die Thätigkeit des Geistes und Gemüthes, der Kopf werde freier und zum Denken fähiger, das Gemüth ruhiger und sanfter, den so sehr störenden Leidenschaften werde die Spitze abgebrochen, alle geistigen Funktionen gingen ordentlicher vor sich.†)

*) Die Thatsache ist wohl richtig aber nicht die Ableitung. Von Vegetabilien müssten wir Vegetabilier oder Vegetabilianer heissen; wir heissen aber Vegetarianer von Vegetare, d. h. an Leib, Seele und Geist gesund, kräftig, vernünftig sein. Vergl. m. Nat. Lebensweise 2. ed. 1., Seite 16. D. R.

†) Wir vermissen den Hauptgesichtspunkt, dass die Stellung des Menschen zur Natur dadurch überhaupt eine edlere wird. D. R.

Unter den verschiedenen Nahrungsmitteln aus dem Pflanzenreiche geben aber die Vegetarianer den Früchten des Obstbaums den Vorzug.*) Dem Obstbaum gebührt nach ihrer Ansicht die Prämie unter den Vegetabilien.

Die Vegetarianer führen nach ihrer Ansicht auch einen besonderen Grund an, warum die Pflanzenkost gesünder sei als die Fleischkost; sie behaupten nämlich, Pflanzenkost sei reiner als die Fleischkost. Die Pflanzen sollen in ihrem Innern keine Excremente, sogenannte verbrauchte abgenutzte Stoffe, führen und ausscheiden, wohl aber die Thiere, und sie mögen nach einer gewissen Richtung hin im Rechte sein. Die Blutbahn in den Adern der Thiere führt nicht nur allen Theilen des Körpers bis in dessen Extremitäten nährende Stoffe zu, sondern nimmt auch auf dem ganzen zur Lunge zurückführenden Wege alle unreinen, abgesetzten, unbrauchbaren Stoffe aus allen Theilen des Körpers auf und scheidet sie durch Urin, Haut und Lunge aus; nur ein Theil der festen, unverdaulichen Stoffe geht als Excremente durch den Darmkanal nach aussen ab. Wir geniessen also in der Fleischkost viele abgenutzte, für die Ernährung unbrauchbare Stoffe, welche der lebende Thierkörper in der Blutbahn theils schon abgesetzt hat, theils noch im Begriffe ist aus allen Theilen desselben abzusetzen. Beim Schlachten wird zwar ein Theil des Blutes aus dem Körper entfernt, aber nicht alles. Beim Wilde, das gejagt oder geschossen wird, bleibt fast das ganze Blut im Körper. Zwar wird das Fleisch vom Wilde für besonders nahrhaft und wohlschmeckend gehalten, nahrhaft vielleicht deswegen, weil das Wild von natürlichen Pflanzen lebt, im hellen Lichte und in reiner gesunder Luft sich Tag und Nacht aufhält und eine freie, ihm zusagende Bewegung genießt;

*) In unserer Zone ist das nicht ganz richtig: die Cerealien nehmen die erste Stelle ein. Die Red.

schmackhaft vielleicht nur durch seine Zubereitung; doch dürfte es trotz aller dieser Eigenschaften weniger gesund sein; denn das gehetzte und geschossene Wild behält den grössten Theil seines Blutes in sich, also auch eine grössere Quantität von Excrementen als die geschlachteten Thiere, denen man den grössten Theil des Blutes entzieht. Am ungesundesten mag aber das Fleisch vom Wilde dann sein, wenn man es, wie gewöhnlich, riechend, ja stinkend und halb verwest, von Würmern wimmelnd, werden lässt, was wohl nur einem verdorbenen Geschmacke zusagen mag. In einem Lande soll man nach dem Berichte eines Gesandten sogar alles Fleisch in die Erde vergraben und vor dem Genuss verfaulen lassen. Als der Gesandte dieses Verfahren tadelte, antwortete man ihm: Verfahrret Ihr mit Eurem Käse nicht auf ähnliche Weise?

Die Vegetarianer weisen auch auf die fleischfressenden Thiere hin, welche wilder, unzählbarer, leidenschaftlicher sind, als die pflanzenfressenden.

Ich will aus eigener Erfahrung Einiges über die Wirkungen der Pflanzenkost im Vergleich zu jenen der Fleischkost sagen, wozu ich die Fähigkeit und auch einiges Recht zu haben glaube, da ich selbst Vegetarianer bin und mit Vegetarianern vielen Umgang hatte.

Ich erlaube mir, mich zuerst von den Vegetarianern vorzuführen, da ich an mir selbst die Wirkungen der Pflanzenkost im Vergleich zu jenen der Fleischkost mit der grössten Aufmerksamkeit beobachtete und studirte, nicht nur in Bezug auf den Körper, sondern auch auf den Geist.

Schon von Jugend an war ich allein an Pflanzenkost gewöhnt und liebte sie auch später noch, wo ich in Verhältnisse kam, Fleischkost am Tische meines Vorgesetzten geniessen zu müssen. Selbstständig geworden, hielt ich mich ganz an Pflanzenkost, und zwar von meinem 50. bis zum gegenwärtigen 70. Jahre. Ich stellte sogar besondere Versuche

an. So ass ich einen ganzen Monat zu Mittag nichts als Erbsen. Ich trank Monate lang Bier, aber nicht mehr als täglich 2 Seidel, hörte jedoch damit gänzlich auf. Ich war der stärkste Obstesser und verzehrte täglich gegen ein Dutzend Aepfel und Birnen und sorgte dafür, dass es daran den ganzen Winter bis zum Frühjahre nicht fehlte.

Immer fand ich mich bei Wasser und Pflanzenkost mehr aufgelegt zu geistigen Arbeiten, von denen ich sehr viele über mich nahm. Besonders wunderte man sich über mein leibliches gutes Aussehen und über die Kraft meines Körpers. Bei meinen vielen und weiten Fussreisen übertraf ich an Ausdauer alle meine viel jüngeren, Fleischkost und Bier geniessenden Begleiter. Man sah mich für einen Mann zwischen 50 bis 60 Jahren an, da ich schon an die 70 Jahre alt war. Krank war ich durch mein ganzes Leben nicht.

Ich kann mich zu Gunsten der Pflanzenkost noch auf viele andere berufen, welche ich näher kennen lernte. So ist Hr. Dr. Martius, der gelehrte Naturforscher, der mich alle Wochen besucht, ein Vegetarianer vom reinsten Blute; man wirft ihm vor, dass er es übertreibe. Er trinkt sogar keinen Tropfen Bier oder Wein. Er zeichnet sich durch seine geistige und körperliche Rüstigkeit aus, obwohl er schon gegen 80 Jahre alt ist. Mit eigener Hand rajolte er alle Felder seiner kleinen Wirthschaft, macht täglich weite Excursionen und Nachgrabungen, um Mineralien und Alterthümer aufzusuchen und trägt gegen Abend eine Last von 60 bis 70 Pfunden nach Hause, ohne den ganzen Tag etwas anderes zu geniessen, als Brod und Wasser. Schwarzer Kaffee ist seine einzige Erquickung. Jährlich schreibt er an die hundert Bogen wissenschaftlicher Aufsätze. Seine Augen und Ohren haben noch jugendliche Schärfe; er liest die kleinste Schrift ohne Augengläser. Im Jahre 1869 un-

ternahm der 80jährige Greis noch eine Fussreise nach Paris und mehrere Meilen darüber hinaus und kam nach 5 Monaten wieder zurück.

Unter den Pflanzen giebt es viele, die so stark nähren wie Fleisch, dahin gehören die meisten Hülsenfruchtarten, insbesondere Erbsen, Bohnen, Linsen. Die in Amerika mit sehr schweren Arbeiten überbürdeten Bergwerksarbeiter, welche das Erz aus der Tiefe auf ihrem Rücken zu Tage fördern müssen, zwingt man zum Genuss von Erbsen, damit sie die nothwendige Kraft und Ausdauer erhalten.

Beispiele beweisen, dass man bei alleinigem Fleischgenuss ohne Zugabe von Vegetabilien schon nach wenigen Tagen krank wird, wie es bei einem Regimente geschehen ist, welches in Spanien durch einige Tage nichts anderes als Fleisch zu essen hatte, während unzählige Menschen und ganze Nationen bei vegetabilischer Kost es für immer aushalten, dabei gesund bleiben, schwere Arbeiten verrichten können und lange leben.

In meiner Nähe kannte ich einen kranken Bürger, welcher von den Aerzten immer wieder hergestellt wurde, nachdem er oftmals rückfällig geworden war. Der Reconvalescent glaubte durch häufigen Genuss von Wildpret sich wieder stärken zu können. Er ass täglich davon, obgleich das Fleisch schon übelriechend geworden war; allein es erfolgte das Gegentheil, er wurde darauf immer wieder rückfällig und starb endlich.

Doch ich muss auch einige Beispiele von starken Obstessern anführen zum Beweis, dass dem Obste der Vorzug unter den Vegetabilien gebührt.

Ich habe mich schon selbst als einen starken Obstesser angeführt. Ich esse dasselbe schon Vormittags, aber auch Nachmittags und vor dem Schlafengehen; aber hinzufügen muss ich, dass ich zum Mittagmahl sehr oft, and zwar

mehrere mal nacheinander, Mehlspeisen mit vielem Obst zubereitet geniesse.

Ein mir befreundeter Advokat gestand mir, dass er sich meist von Honig und Obst nähre und das Biertrinken ganz aufgegeben habe. Um das ganze Jahr Honig und Obst zu haben, hat er in seinem Garten einen Bienenstand von mehr als 30 Körben und verlegt sich immer mehr auf Obstbaumzucht. Von dem gewonnenen vielen Honig und Obst verkauft er nichts; alles verbraucht er für den eigenen Consum. Er betheuerte, dass er sich dabei am wohlsten befinde.

Kinder leben fast nur vom Obste, wenn sie es haben können, Nichts ist ihnen lieber. Sie fangen mit dem Obstessen schon am Morgen an und setzen den Genuss den ganzen Tag bis zum Schlafengehen fort. Wer die Kinder beobachtet hat, wird sich davon überzeugen, Sie befinden sich dabei sehr wohl und gesund. Mancher Erwachsene staunt darüber und glaubt, er müsse krank werden, wenn er so viel Obst essen sollte.

Kranke haben mir gestanden, dass alle andern Speisen, sie mochten noch so gut zubereitet sein, ihnen nach und nach zum Ekel wurden, nur nicht die gedünsteten Aepfel, welche für sie Tag und Nacht bei dem längsten Kranklager eine Erquickung waren.

Der Araber macht zu Pferde eine weite Reise; an seinem Sattel hat er einen Beutel mit Datteln hängen, das ist sein tägliches Nahrungsmittel.

Das Frühstück und Abendmahl, ja selbst das Mittagmahl vieler Arbeiter besteht in nichts anderem als in Obst und Brod.

Dass Obst und Obstwein auch als Heilmittel betrachtet werden können, ist bekannt. Mancher schwere und harte Stuhlgang kann dadurch beseitigt werden, dass man vor dem Schlafengehen einen Apfel geniesst. Gegen den

Stein soll der Genuss des Obstes auch wirken. Gewiss ist, dass das Obst die Säfte verbessert und das Blut verdünnt. *)

K. Fischer.

Nachschrift der Redaction. Wir haben vorstehenden Artikel der „Illustrierten Landwirtschaftlichen Zeitung“ Nr. 27 mit Erlaubniss der Redaction und des Verfassers zum Abdruck gebracht, weil uns das Zeugnis und die Erfahrung älterer Vegetarianer besonders werth sein wird. Der Herr Verfasser ist der Pfarrer emerit. Karl Fischer in Kaaden, Kreis Saatz in Böhmen, derselbe, der auch „der Obstfreund und Obstzüchter“ mit 77 Originalabbildungen (1 Thlr. 15 Sgr.) herausgegeben hat. Für Freunde der Obstcultur bemerke ich, dass er mir schreibt „mit Reisern von verschiedenen Obstsorten werde ich gern dienen“. Uebrigens macht der Zweiundsiebziger jährlich Wanderungen, wobei er gern junge Leute zu Begleitern nimmt, „welche mir aber selten nachkommen!“ Die Red.

Aus dem belagerten Paris.

Nach und nach wird jetzt Alles literarisch verwerthet, was in dem letzten Kriege von besonderen Erfahrungen und eigenthümlichen Verhältnissen sich herausgestellt hat. Auch die Ernährung der nahezu 2 Millionen Einwohner von Paris während der fünfmonatlichen Einschliessung bleibt ein interessantes Capitel, selbst wenn entkleidet von den feuilletonistischen Pikanterien der gespeisten Ratten und geschlachteten Elephanten.

Die reinen Verwaltungsfragen liegen unserm Blatte ferner. Es sei nur kurz erwähnt, dass bis in die Tage der schlimmsten Noth der Preis des Brodes durch die Massregeln der Regierung auf etwa 2 Sgr. für ein Pfund, und

*) Man lese genau, und man wird finden, dass hier nicht von ausschliesslichem, stetigem Obstgenuss die Rede ist; Feigen, Rosinen etc. sind schon nährender als Aepfel, und doch pflegt der Araber neben der Feige oder Dattel auch seine Durrah zu führen. In gewisser gegenseitiger Ergänzung aber ist „Brod und Obst“ allerdings unsere Loosung, und der Garten-, Obst- und Ackerbau geht nach unserer Ansicht einer noch weit grössern Bedeutung entgegen, als bislang schon der Fall war. Vergl.

ebenso die Fleischpreise fixirt geblieben — natürlich nur so lange, als überhaupt noch Vorräthe da waren. Worin sonst die amtlichen Requisitionen genützt oder geschadet, welche vortreflichen oder fehlerhaften Massregeln ergriffen, das zu erörtern, müssen wir andern Organen überlassen. — Wie furchtbar sich der politische Fehler gestraft, dem darbenden Volke anstatt einfach Brod oder Suppe Waffen und täglichen Sold zu geben, das kunden die im Bruderkampf gefallenen Tausende, die ragenden Trümmern, die noch heute arbeitenden Kriegsgerichte.

Für uns Vegetarianer ist aber von naheliegender Interesse zu hören, was eine so bedeutende wissenschaftliche Genossenschaft, wie die Pariser Akademie bei einer so ungewöhnlich wichtigen Veranlassung über die Nahrungsmittel-Frage gesagt, welchen Rath sie dem bedrängten Volk ertheilt hat. — Wenn Gutes und Brauchbares dabei ist, so hat es ja auch im Frieden Werth in jedem Falle, wo Misswachs und Theuerung eine sorgfältige Oekonomie der vorhandenen Lebensmittel erheischen. In dem 71. Bande der Comptes rendus (Verhandlungen der Akademie) finden wir die betreffenden Arbeiten und deutsch berichtet in dem von Virchow und Hirsch herausgegebenen „Jahresbericht über die Leistungen der Medicin 1870. Band I. 3. Abth.“ Professor Skrzeczka zu Berlin darüber.

Man muss anerkennen, dass die Pariser Gelehrten zunächst die Aufgabe vor sich hatten, einer vorübergehenden Calamität so gut wie möglich zu begegnen, und nicht, über die beste menschliche Diät im Allgemeinen zu verhandeln — und doch: selbst mit billiger Rücksicht auf diese Beschränkung, wie wenig Brauchbares ist zu Tage gekommen! Verschiedene Methoden zur Fleisch-Conservirung, Geniessbarmachen schlechten Talges, zur Gelatine, Bereitung aus ausgelaugten Knochen, zur Anfertigung von Wurst aus Blut und Reis, zum Trocknen

und Pulverisiren des Fleisches, zum Bereiten einer gallertartigen Substanz aus Knochen mit dem schönen Namen Osseine, ja selbst zur Wiedergewinnung des Fettes aus den grossen Vorräthen fertiger Seife! Das sind die Rathschläge, womit die Herren Dumas, Soubeirar, Payen, Frémy, Milne-Edwards, Riche, Carstelharz u. A. ihren belagerten Mitbürgern gewiss mehr Krankheits-Ursachen als Ernährungs-Beihülfe gegeben haben.

Fast der einzige praktische und gute Rath kommt von Grimaud (de Caux), welcher nach den Erfahrungen im belagerten Venedig empfiehlt, das Getreide direct als Nahrungsmittel zu benutzen, um den Verlust bei Mehl- und Brodbereitungen zu ersparen und unabhängig zu sein von Mühlen und Backöfen. Man sollte das Getreide in Wasser einweichen und reiben um die Rauigkeit der Hülsen zu entfernen, dann quelle das Korn stark auf und könne wie Reis gekocht werden; mit etwas Gewürz gebe es eine wohl-schmeckende und sehr nahrhafte Speise. Ein Löffel voll Getreide, so behandelt, genüge um einen Menschen zu sättigen! — Das ist ja fast genügsamer, als selbst der einfachste Vegetarianer und steht in einem wohlthueden Contraste mit dem von den deutschen Professoren angenommenen Minimal-Bedürfniss, und mit der beliebten Behauptung, dass beim Fortlassen der Fleischnahrung nur grosse Massen der Pflanzensstoffe den Ausfall decken könnten. — Leider ist nicht gesagt, ob in Säcken recht gut gehalten, bis es verzehrt war und ist Niemand in die Verlegenheit gekommen, sich Vorräthe auszutrocknen.

Payen wies bei dieser Gelegenheit darauf hin, welche grossen Nährwerth die Kleie besitze, welche bei der Mehlbereitung meistens verloren gehe. In Holland

werde das Getreide oberflächlich angefeuchtet, leicht von der äussersten Hülse befreit, wobei nur 5 pCt. des Gewichtes verloren gehen, dann in Wasser von 30—35° Wärme 7 bis 8 Stunden lang eingeweicht, wobei es quillt und sich zwischen den Fingern zerdrücken lässt. Darauf werde es zwischen Cylindern zu einem Brei gequetscht, der mit Sauerteig oder Hefe bearbeitet und wie gewöhnlich zu Brod verbacken werde. — (Ich habe bei einer Reise durch Holland nur in einem einzigen Bäckerladen zu Amsterdam ein Schwarzbrod gefunden, das möglicherweise auf diese Art bereitet war. Vielleicht ist diese Vorschrift für den einen oder andern Vegetarianer brauchbar, der unter der Mühlennoth leidet und kein gutes Weizenschrot bekommen kann.)

Mège-Mouriès erklärte sich gegen das Schrotbrod seiner abführenden Wirkungen wegen! — von anderer Seite wurde eine Mischung von Reis und Hülsenfrüchten als Ersatz für Brod empfohlen; Wilson lobte das in Schottland und Irland viel gebrauchte Hafermehl und Aubert empfahl eine Suppe aus Getreidekörnern, die man auf einer Kaffemühle grob mahlt und mit Wasser, Fett, Salz und Zwiebeln kocht. Mit weniger Wasser könne man hieraus einen Brei machen, der sich ohne Hefe zu flachen Kuchen backen lässt. Auch diese Vorschrift wird wohl mal von vegetarianischen Hausfrauen, die noch Kochkünste lieben, erprobt.

Zu welchem Zweck der General Morin ausführlich von der Aufbewahrung des Mehles handelt, welches er bei 70—80° austrocknen und noch innerhalb des Trocken-Apparates in verzinnete Blechkasten luftdicht verschliessen will, ist nicht recht verständlich. Das in Paris vorhandene Mehl hat sich wahrscheinlich in Säcken recht gut gehalten, bis es verzehrt war, und ist Niemand in die Verlegenheit gekommen, sich Vorräthe auszutrocknen.

Als Curiosa sind wohl noch anzu-

führen, dass Decaisne in Wasser zerührte Eier, gelb und weiss zusammen mit etwas Zucker, für Kinder als Ersatz der mangelnden Milch empfiehlt; dass Grimand eine Suppe aus Kaffee und Cocos (oder Chocolate), zu gleichen Theilen gemischt und mit Wasser gekocht, als eine sehr nahrhafte Hauptmahlzeit empfiehlt, wozu Rabuteau auch noch Thee hinzusetzen und mit 150 Gramm täglich einen Mann nicht nur mehrere Monate am Leben, sondern bei vollen Kräften erhalten will. (Was nur unsere Liebig und Voit zu diesen wesentlich herabgesetzten Forderungen sagen werden!) Und wenn sich bei dieser trefflichen Ernährung schliesslich doch Hunger und Ermüdung einstellt, so richtet Gazeau die Aufmerksamkeit der Akademie auf die Blätter der süd-amerikanischen Coca, deren Genuss beide Gefühle bannt und einen Menschen hefähigt, ohne alle Nahrung eine Zeit lang schwer zu arbeiten und ohne Ermattung grosse Strapazen zu überstehen.*) Wie viel von diesem werthvollen Artikel in Paris lagerte, ist leider nicht angegeben.

Es ist eine auffallende Thatsache, dass in keinem Berichte über die Ernährung der Pariser des Obstes auch nur mit einer Silbe gedacht ist. In den gelehrten Abhandlungen, in gediegenen Berichten, in einfachen Correspondenzen und Feuilletons der Zeitungen ist von allen denkbaren, möglichen und unmöglichen Nährstoffen die Rede, auch Conserven und comprimirtes Gemüse werden öfter hervorgehoben (z. B. als Mittel, die schädlichen Wirkungen des Salzfleisches aufzuheben). — Das Obst scheint im Bewusstsein der Jetztzeit als eine reine Nebensache so völlig missachtet zu werden, dass man es nicht mal unter den Nahrungsmitteln

*) So viel uns aus Prof. Poeppigs mündlichen Reisesmittheilungen erinnerlich ist, gehört die Coca zu den narcotischen Mitteln, also zu betäubenden Täuschungen!

D. Red.

mitzählt. Es müssen doch im Herbst 1870 grosse Mengen frischen und gedörrten Obstes in Paris gewesen sein — man rechnet sie für Nichts! — Unter uns Vegetarianern giebt es dagegen viele, die Obst und nur Obst für das wichtigste, trefflichste und ausreichendste aller Nahrungsmittel halten. Die Zukunft wird lehren, wer Recht hat. Von hohem Interesse wäre es, von den belagerten Familien in Paris selbst zu hören, welche Rathschläge sie befolgt und wie sie sich dabei befunden haben. — Ob man das je mit einiger Zuverlässigkeit erfahren wird? A. v. S.

Noch einmal Dr. Oidtmann's Schriften.

Es ist bereits zwei Mal in diesen Blättern auf die ausgezeichneten Schriften des Dr. med. H. Oidtmann in Linnich hingewiesen worden, deren Uebersendung Herr S. Rosenthal zu Nordhausen mit dankenswerther Freundlichkeit besorgt. Dass die Abhandlungen über „Athmen“, „Luftscheu“, „Ventilation“, „Gesundheitspflege in den Schulen“ wahrhaft vorzüglich sind, brauche ich nach ihrem Erfolge nicht abermals zu erwähnen, wichtig erscheint mir aber die Aufmerksamkeit des Publikums und speciell meiner Gesinnungsgenossen von Neuem auf die Schrift Dr. Oidtmann's: „Der Kohlendunst in seiner giftigen Wirkung auf den menschlichen Körper“, (Der Reingewinn ist für die National-Invaliden-Stiftung bestimmt.) L. Quos in Linnich, zu lenken. Mit echt deutscher, gründlicher Gelehrsamkeit, unter Benutzung von circa 138 verschiedenen Werken hat Dr. Oidtmann in derselben auf einen Feind der menschlichen Gesundheit aufmerksam gemacht, der um so gefährlicher ist, je versteckter er sein Wesen treibt und um so grössere Opfer gefordert hat und noch fordert, je weniger man von seiner Natur unterrichtet war. Bis zur Evidenz geht aus besagter Schrift hervor, dass es kein Jahr giebt, in welchem nicht unzählige Menschen an

Kohlendunst unkommen; ganz abgesehen von den durch die öffentlichen Blätter zur Wahrnehmung kommenden Fällen plötzlichen Kohlendunst-Todes erkrankten jährlich unbewusst Tausende, Millionen Menschen an den giftigen Einwirkungen des Kohlendunstes und verfallen unter den Erscheinungen der mannigfaltigsten Krankheiten einem langsamen Siechthume. Die Vergiftung (nicht Erstickung) durch Kohlendunst ist um so nahe liegender und um so gefährlicher, je weniger (wie so häufig der Fall ist) die Feuerungsanlagen vollständig zweckentsprechend sind und je weniger es möglich das Vorhandensein des Kohlenoxyds durch unsere Sinne wahr zu nehmen; da selbst die Dichtigkeit und der scharfe Geruch des Rauches keinen Massstab für dessen Gehalt an giftigem Kohlenoxydgas abgiebt, sondern der heimtückische Feind uns plötzlich und ganz ungewarnt überfällt und sein Auftreten erfahrungsmässig selbst bei ganz geringen Procenten und bei starker Verdünnung mit atmosphärischer Luft zu einer tödtlichen Wirkung genügt.

Darum bitte ich dringend im eigenen Interesse die ausgezeichnete Schrift sorgfältig zu studiren, ihre Warnungen nicht ungehört zu lassen, sondern nach Kräften mit dahin zu wirken die Ursache eines vorzeitigen Todes oder lebenslänglichen Siechthums von Millionen von Menschen zu vernichten, welches Ziel wir am besten, ausser durch eigene strenge Befolgung der gegebenen Vorschläge, wohl dadurch zu erreichen im Stande sind, dass wir für die Verbreitung der vorzüglichen Schrift in allen Lebenskreisen und Bildungschichten thätig sind.

Gohlis b. Leipzig, im Septbr. 1871.
Cand. phil. Carl Thilo.

Ueber Truppen-Verpflegung und Feldzulagen ehemals und jetzt

schreibt uns ein alter Soldat:

Wir haben zu unserer grossen Freude aus den öffentlichen Blättern ersehen, dass die höheren Militärbehörden Preu-

ssens durch die Erfahrungen des letzten Krieges darauf aufmerksam geworden sind, dass eine zu reichliche Fleischeshnahrung (täglich 1 Pfd.) dem Gesundheitszustande der Mannschaft nicht zuträglich gewesen, da diese, zu Hause und in den Kasernen, an weniger Fleisch, dagegen an viel Brod und Gemüse gewöhnt, einen solchen Uebergang nicht ohne Nachtheil für ihre Gesundheit haben ertragen können.

Um zu beweisen, dass solche starke Fleischportionen für die Erhaltung, Diensttüchtigkeit und Kräftigung des Soldaten, selbst im Felde und bei grossen Anstrengungen nicht erforderlich seien, braucht man nur in der Kriegsgeschichte auf frühere Zeiten zurückzugehen.

Die Soldaten Friedrichs des Zweiten, die durch ihre Ausdauer und Tapferkeit berühmt waren, und z. B. im Jahre 1757 die Siege bei Prag (6. Mai), Rossbach (5. Novbr.), Leuthen (5. Dec.), erfochten, erhielten täglich 2 Pfd. Brod und alle Woche 1 Pfd. Fleisch, wie v. Tempelhof sagt; alles übrige mussten sie sich von ihrem nur geringen Solde kaufen. Die Verpflegung geschah aus den Magazinen, Requisitionen für einzelne Truppenabtheilungen kannte man nicht. Hatten die Truppen Winterquartiere in Feindesland, so erhielten sie Verpflegung. Jeder Soldat trug auf 3 Tage Brod; in den Compagnie-Brodwagen befand sich auf 6 Tage und das grosse Proviant-Fuhrwesen führte auf 9 Tage Vorrath.

Eine Ausnahme machte im siebenjährigen Kriege der Herzog Ferdinand von Braunschweig, als er Ende 1757 das Commando der alliirten Armee (Hannoveraner, Hessen, Braunschweiger, Lüneburger, später auch Engländer) übernahm. Er liess den Truppen (s. v. Reden's Tagebuch) Speck, Branntwein, Reis, Kartoffeln und Tabak unentgeltlich geben. Er war also gewissermassen der Vorläufer des jetzigen

preussischen Systems, wo den Soldaten dasselbe auch geliefert wird.

In den Befreiungskriegen von 1813 bis 1816 (die wir auch mitgemacht haben), erhielten wir entweder Quartier mit Verpflegung, oder wenn Magazine vorhanden waren, $\frac{1}{2}$ Pfd. Fleisch, $\frac{1}{2}$ Pfd. Brod und $\frac{1}{12}$ Quart Branntwein.

Mit dieser Verpflegung brachten wir vier Monat im Bivouak im Bois de Boulogne zu, und mussten wir damit auskommen, so schwer es auch oft wurde, da alle Gemüse durch die in Paris und Umgegend angehäuften Truppenmassen sehr vertheuert waren. Von grösseren vorschrittmässig zu liefernden Fleischportionen ist aber niemals die Rede gewesen.

In Friedenszeiten erhielten bei uns die Mannschaften in den Kasernen kein Fleisch geliefert, sondern es wurde, um den Kasernen-Commandos selbst den Fleischeinkauf zu überlassen und keine Lieferanten nöthig zu haben, pr. Mann täglich aus der Kriegskasse 1 Gr. (1 Gr. 3 Pf. jetziger Münze) bezahlt, als das Geld, wofür man $\frac{1}{2}$ Pfd. Fleisch bekommen konnte. Dies war mit den Ständen zu einer Zeit vereinbart, wo der Mittelpreis des Fleisches pr. Pfd. 2 Ggr. ($2\frac{1}{2}$ Sgr.) war. Wie aber das Fleisch später 3—4 Ggr. (3 Sgr. 11 Pf. bis 5 Sgr.) kostete und den Mannschaften nur $\frac{1}{4}$ Pfd. Fleisch gegeben werden konnte, und die Regierung bei den Ständen um eine Erhöhung des Fleischgeldes, da dieses der früher dabei zum Grunde gelegten Bestimmung nicht mehr entspräche, nachsuchte, so wurde dieses von der damaligen Opposition abgelehnt, indem sie verlangte, dass das Kriegsministerium dieses Geld aus ihren anderen, gleichfalls jedoch kaum den Bedürfnissen entsprechenden, Mitteln hergeben müsse. Diese selbigen haben aber seit 1866 sogar ein Bedenken getragen, den für unser Land um mehr als eine Million erhöhten Militär-Aufwand zu bewilligen.

Gehen wir nun von der Verpflegung zu den Feldzulagen der Offiziere ehemals und jetzt über, so hat auch darin eine bedeutende Steigerung stattgefunden. Einsender erhielt 1813—1815 als Premier-Lieutenant der Cavallerie an Gage 25 Thlr. Cassa, Feldzulage 6 Thlr. Cassa, also 31 Thlr. Cassa gleich 36 Thlr. 4 Ggr. Pr. Court. Wie wir über den Rhein gingen, bekam der Subaltern-Offizier 6 Thlr. Ueberrheinische Zulage, also im Ganzen, da 6 gleich 7, 43 Thlr. 4 Gr.; dafür mussten wir uns aber selbst beköstigen. Jetzt ist die Feldzulage des Premier-Lieutenants 30 Thlr. monatlich, dazu 30 Thlr. Gage, Summa 60 Thlr., dazu haben sie in Böhmen 1866 und auch jetzt in Frankreich während des Waffenstillstandes täglich 4 Thlr. erhalten, und Portionsgelder monatlich 7 Thlr. 15 Sgr., macht im Ganzen monatlich 182 Thlr. 15 Sgr.

Man sieht daraus, womit ein Cavallerie-Offizier, der bei uns sich früher auch die Pferde selbst anschaffen musste, auskommen konnte, und was er jetzt bedarf, obgleich die Preise der Lebensmittel nicht in dem Maasse gestiegen, wohl aber die Ansprüche auf Luxusbedürfnisse!

Wie reichlich diese Feldzulagen für die Offiziere sind, sieht man aus dem officiellen Bericht der Post, dass nämlich an Privatgeldern aus Frankreich über 11,000,000 Thaler nach Deutschland gesandt wurden, während es 1814 bis 1815 uns unmöglich war, Gelder nach Hause zu schicken; jeder aber, der es irgend konnte, sich Gelder von Hause senden liess! Die jetzigen Zulagen sind einem Staate aber nur möglich bei glücklichen Eroberungskriegen, wie 1866 und 1870/71, wo der Feind Milliarden zahlen muss; wie wird es aber bei Defensiv-Kriegen, deren Möglichkeit nicht ausgeschlossen ist, gehen?

Nachschrift der Redaction. Der Einsender dieses der „Zeitung des hannoverschen Wahlvereins“ entnommenen Artikels macht darauf aufmerksam, dass in meiner 1867 erschienenen

„Reform der Volkswirtschaft“ (S. 34f.) schon gesagt sei, dass der Vegetarianismus im Militairwesen weit grössere Billigkeit nicht nur, sondern weit bessere Gesundheit der Mannschaften erziele, eine Thatsache, zu der die preussische Heerführung erst durch den letzten Krieg zu gelangen beginne, wie die in voriger Nr. S. 502 enthaltene Mittheilung zeige. Anlässlich derselben habe ein alter Soldat, ohne Zweifel sein alter Freund General a. D. J., obige Mittheilungen gemacht, die einerseits zeigen, wie das Zeitalter in das Unnatürliche hineinstürzt und erst, durch Schaden klug, wieder „Kehrt“ zu machen beginnt. E. Baltzer.

Ueber Reizmittel.

Professor Dr. Richter in Dresden kommt bei der Untersuchung über die Möglichkeit des Hexenglaubens zu dem Schluss, dass sie nur in unseren „kranken Nerven“ zu suchen sei; auch ward es schon oft ausgesprochen, dass völlige Gesundheit gleichbedeutend mit völliger Harmonie ist. — „Gesundheit, Schönheit in den Functionen“ — sagt Feuchtersleben; — und was wir Sünde nennen, was ist es anders als sittliches Kranksein, das mit dem physischen Hand in Hand geht! — Wie nahe liegt da wieder die Parallele mit den „kranken Nerven“ des Dr. Richter!

Aehnliche Betrachtungen sind mehrfach an mich herangetreten, wenn ich an mir selbst und an meiner Umgebung das Verlangen nach Genussmitteln beobachtet habe.

Wenn wir uns müd gearbeitet — wenn wir gemüthlich gelitten — wenn wir uns übermässig zerstreut haben und die Spannung der Nerven nachlässt — stehen wir an einem Scheidewege.

Naturgemäss stellt sich durch Sättigung und Ruhe das Gleichniss wieder her; aber es gehört ein gewisser Grad von Erziehung und Unverdorbenheit dazu, um instinctiv das Rechte zu treffen. Viel leichter gerathen wir dahin die uns unbequemen Störungen unseres Gesamtbefindens durch einen Reiz reguliren zu wollen. Der momentane Erfolg besticht unser Urtheil, wir über-

schätzen das uns innewohnende Kräfte-mass und verlieren allzuleicht die richtige Selbstcontrolle. Daraus erkläre ich mir die schon in grauer Vorzeit und all überall verbreitete und stets sich steigernde Sucht nach Reizmitteln. Sie ist: beginnendes Kranksein! ist momentane Verwirrung in der Harmonie unseres Wesens, kurz: Die erste Sünde wider das heilsame Gesetz unserer Natur. Denn wir erniedrigen dadurch die Freiheit des Willens zur Willkür, anstatt sie zum bewussten Gehorsam unter die Nothwendigkeit zu adeln! Es gehört diese Erscheinung in die dunkle Sphäre des Sinnenlebens und nur geistige Klarheit und volles Selbstbewusstsein kann uns vor dergleichen bewahren. Wie aber Alles in seinen Anfängen unbedeutend ist, so zieht jede Unregelmässigkeit uns abwärts, und unser göttlich Theil, unser geistiges Selbst geräth tiefer und tiefer unter die Herrschaft der Sinne. Was demnach von jener Richtung zu halten ist, die den Höhenpunct der Civilisation in die Zunahme der Bedürfnisse und die verfeinerte Sinnlichkeit setzt, liegt auf der Hand. Sie ist unsittlich; denn sie führt uns abwärts und der äussere Glanz verdeckt nur die äussere Fäulniss.

Wenn es unläugbar ist, was jener edle Denker sagt: „Uns frommt nicht kränkelnde Moral, uns frommt robuste Sittlichkeit“, so liegt die Frage nahe, wo diese leichter zu finden ist: in stets erneuter Erregung, oder in jener besonnenen Einfachheit, die ihren höchsten Genuss in der freien, freudigen Regsamkeit der ihr innewohnenden Kräfte sucht? Das Selbstbewusstsein ist der Hochgenuss des Lebens! ihn theilen wir mit der ganzen Schöpfung; denn alles was wird, wird es nur durch eigene Arbeit.

Wie irrig und verderbenbringend ist es also, wenn wir von aussen her das Ziel erwarten! und das thun wir, indem wir zu Reizmitteln unsere Zuflucht nehmen, anstatt uns zu besinnen auf das,

was uns frommt. Hier aber ist der Punkt, von wo aus wir vom diätetischen auf das religiöse Gebiet gelangen, denn was heisst beten — falls wir darunter etwas Wesentliches verstehen — anders, als das Wachrufen und Bewusstwerden der uns innewohnenden Allkraft der Natur, die uns abhanden gekommen war unter dem Uebergewicht der zerstörenden Kräfte. Voller Selbstbesitz ist Seligkeit! — strebe Jeder nach der Palme des Sieges!! M.

Zur Impfung.

Die „Berliner Börsenzeitung“ vom 16. August berichtet: Vor etwa 8 Wochen erkrankten in den Dörfern Koliebken und Gross-Katz in Westpreussen einige Tage nach der stattgehabten Impfung sämtliche Impflinge unter ganz eigenthümlichen Krankheitserscheinungen, indem namentlich statt der zu erwartenden Kuhpocken sich Blasen oder Pusteln von schwärzlicher Farbe über den ganzen Körper verbreiteten, wonach unter schweren Leiden bei etwa 30 Kindern der Tod erfolgte, während die übrigen mühsam genasen. Ueber die Entstehungsweise dieses beklagenswerthen Falles ist bis jetzt nichts bekannt geworden.

Ogleich es eigentlich überflüssig wäre zu Vorstehendem noch etwas hinzuzufügen, da es gewiss jeden fühlenden Menschen tief ergreifen muss, wenn er erfährt, dass abermals 30 hoffnungsvolle Kinder einer Irrlehre der Medicin zum Opfer gefallen, so kann ich mir doch nicht versagen, alle Gesinnungsgenossen nochmals aufzufordern, mit allen ihren Kräften und Mitteln der Impfwuth unserer Aerzte und ihrem Impfgifte entgegen zu treten, dieser neue Fall der Vergiftung mit tödtlichem Ausgange fordert neues ausdauerndes Handeln! Sollte Jemand, was aber bei nur einigem Verständniss für Vegetarianismus wohl kaum denkbar ist, über den Gegenstand selbst noch nicht ganz mit sich einig sein, so lese er schleu-

nigst die einschlägigen Schriften Nittinger's, Belitski's, Th. Hahn's, des Grafen v. Zedtwitz und Dr. W. S. Collins (Gesundheit, Wohlstand und Glück, Band I., Nr. 6, Band II., Nr. 10), verbreite nach Kräften davon unanfechtbare Sätze und hoffe, dass unsere Ansicht, mögen ihr auch noch so viele und mächtige Widersacher entgegenstehen, wie jede Wahrheit zum Heile unserer Mitmenschen endlich siegen wird.

Uebrigens habe ich mich bemüht, an den betreffenden Orten selbst genauere Erkundigungen über die Wahrheit des Gemeldeten, über die Gesamtzahl der Erkrankungen etc. einzuziehen und werde das, was ich event. darüber in Erfahrung bringe, meinen Gesinnungsgenossen und Lesern dieser Blätter ungesäumt zur Kenntniss bringen.

Gohlis bei Leipzig.

Cand. ph. C. Thilo.

Empfehlung.

Während der Vegetarianer an jedem Orte, an dem er sich dauernd aufhält, natürlich mit grösseren oder geringeren Schwierigkeiten, schliesslich doch zu einem schmackhaften Grahambrote gelangt und also, nachdem er sich Obst, was ja überall zu haben ist, verschafft, recht zufrieden und glücklich leben kann, ist es nicht zu läugnen, dass der Vegetarianer auf Reisen manche Schwierigkeiten zu bekämpfen hat, wenn er, was ich als selbstverständlich voraussetze, seinem Principe treu bleiben will. Lebt er streng und isst überhaupt nur Brot und Obst, so geht es noch, denn Grahambrot lässt sich event. nachschicken, da sich dasselbe jedoch nach meiner unmassgeblichen Erfahrung kaum länger als 8—10 Tage hält, so muss dieses öfter geschehen und ist oft mit recht vielen Umständen verknüpft; ist er dagegen, wie viele, gewohnt, etwas vegetarisch bereitetes Gemüse etc. zu essen, so sind die Schwierigkeiten oft recht unangenehm. Ganz abgesehen davon, dass eine Extrazubereitung in

Gasthäusern und Restaurationen oft ganz abgeschlagen wird, oder, wenn es geschieht, nicht streng nach unsern Grundsätzen erfolgt, ist es immer peinlich, nachdem man das Anstieren des vollständig verblüfften Kellners überwunden, erst noch langathmige Auseinandersetzungen über Zubereitung geben zu müssen, ehe man wirklich zum Essen kommt. Ich glaube daher, dass es nicht uneben ist, wenn Vegetarianer, die auf irgend einer Reise einen Wirth getroffen, der mit Bereitwilligkeit ihren Wünschen entsprochen, den Namen desselben den Gesinnungsgenossen bekannt zu geben. Aus diesem Grunde empfehle ich in **Halle** die Restauration des Hrn. G. Saft, Paradeplatz 1. Besagter Herr hat gleich bei meinem ersten Besuche in aufmerksamster und coulante-ster Weise meinen Wünschen durch einen ganz vorzüglichen vegetarianischen Tisch entsprochen und sich auch für die Zukunft bereit erklärt, ein Gleiches zu thun. Ich habe demselben nun noch Ed. Baltzer's vegetariarisches Kochbuch übersendet, das er sich zur Richtschnur nehmen wird und so hat jeder durchreisende Gesinnungsgenosse die Annehmlichkeit, sowohl ein seinem Princip entsprechendes Essen zu finden, als auch dieses ohne vorherige Beschreibung und Auseinandersetzung einnehmen zu können.

Gohlis bei Leipzig, im Septbr. 1871.
Carl Thilo, cand. phil.

Für den Haushalt.

Das Obst ist leider auf grossen Strecken missrathen. Wer noch Bezugsquellen für frische oder getrocknete Früchte weiss, sollte sie mittheilen. Mir liegt ein Preiscurant vor von Wolf & Sanfsl, Früchte-Export-Geschäft in Bozen, Südtirol. Dort kosten die theuersten Aepfel, nämlich 500 St. weisse Rossmarin- = 45 fl. österr. W., die billigsten 500 St. Taffet-, Borsdorfer- oder Lederäpfel 10 fl.; leider kommt nach Norddeutschland die hohe Fracht

dazu. Versandzeit: September, October. Auch Trauben, Birnen, Maronen u. s. w. sind dort zu haben.

Die Maronen (echte Kastanien) sind eine schöne schmackhafte Speise. Wir benutzen sie im Norden noch zu wenig. Die Freunde im Süden würden sich Dank erwerben, wenn sie uns im Vereinsblatte mittheilen wollten, wann und woher die Maronen am besten zu beziehen, wie lange und auf welche Weise sie am besten aufzubewahren und wie sie im Haushalte zuzubereiten sind. Es müsste aber rasch geschehen, wenn es in diesem Jahre noch nutzbar werden soll. A. v. S.

Obst. In vielen Gegenden Deutschlands ist die Obsterndte mehr oder minder ausgefallen. Es wird gewünscht in diesem Blatte Quellen zu erfahren, aus denen man Winterobst, Backobst, namentlich frische und getrocknete Aepfel, beziehen kann. Um gefällige Mittheilungen, womöglich mit Preisangabe, ersucht die Redaction.

Arndt's Mutter. Die Mutter war von Character ernst und ruhig und eine Seele, die auf Schein und Genuss gar keinen Werth legte, auch kein Bedürfniss dessen hatte. Diese Frau, welche ihre irdischen Sorgen und Geschäfte so treu und eifrig erfüllte, lebte doch fast weniger von irdischem Stoff. Kein Kaffee, kein Wein, noch Thee ist über ihre Lippen gekommen, Fleisch hat sie fast nie berührt, sondern sich von Brot, Butter, Milch und Obst ernährt. (cf. Aus Moritz Arndt's Jugendleben. Masius I. Theil.) Th.

Spontini erklärte auf Befragen, dass er, während er den Cortez geschrieben (meistentheils als sein bestes Werk betrachtet), nur von Milch und Weissbrot gelebt; er scheue physische Aufregung beim Schaffen. (cf. Gartenlaube 1870, Nr. 17, S. 265: Berliner Erinnerungen an Ed. Devrient, 1) Spontini.) Th.

Meinen Gesinnungsgenossen theile ich hierdurch mit, dass in Leipzig Grahambrod von meistentheils tadelloser Qualität bei Ernst Ahr, Markt 3, Kochs-Hof und Tauchaerstrasse Nr. 29, zu haben ist, auch bitte ich event. Durchreisende mich mit ihrem Besuche beehren zu wollen.

Gohlis (bei Leipzig), Eisenbahnstrasse 8, I.

Carl Thilo, cand. phil.

Naturheilstalt. Ein Kaufmann, Vegetarianer, ein Dreissiger, verträglichen Characters, wünscht sich mit einigem Kapital an einer Naturheilstalt Süddeutschlands oder der Schweiz zu betheiligen und mit seiner Frau den wirthschaftlichen Theil derselben zu übernehmen. Zu Bauanlagen weiss er gute Vorschläge mit Räumlichkeiten. Franco-Offerten sub A. 1. besorgt die Redaction.

Die Jahres-Versammlung der englischen Vegetarianer findet am 18. October in Manchester, Trevelian Hôtel statt. Secretair R. Bailey Walcker, Manchester, 13 Cathedral Close giebt Auskunft; Gäste willkommen. A. v. S.

Deutscher Verein für naturgemässe Lebensweise.

Wie in voriger Nummer des Vereinsblattes bereits angezeigt, wird von unsrem Adressbuch, welches vergriffen ist, eine neue Auflage vorbereitet. Soll dieselbe sich desselben Beifalls erfreuen, wie bisher, so muss sie sich durch Genauigkeit auszeichnen, und es müssen alle seither eingetretenen Veränderungen daraus ersichtlich sein. Wir bitten desshalb wiederholt

- 1) um Angabe aller derjenigen Vegetarianer, welche im bisherigen Adressbuch nicht verzeichnet sind. Es ist gleichgiltig, ob dieselben Mitglieder des deutschen Centralvereins oder eines Localvereins sind oder nicht,
- 2) um Angabe aller Localvereine, welche im bisherigen Adressbuch nicht verzeichnet sind. Erforderlich ist, zugleich den Namen des Vorstehers mitzutheilen,
- 3) um Angabe der Naturärzte, Naturheilstalten, Grahambrodbäcker und vegetarianischen Speiseanstalten, die im bisherigen Adressbuch nicht verzeichnet sind.

Wir bitten um Beschleunigung der Zuschriften; sie müssen spätestens am 1. November in unsren Händen sein, da dann der Druck sofort beginnen soll.

Zu Händen des mitunterzeichneten Vorsitzenden ist am 20. September unter Poststempel Berlin, Expedition 17, mit dem anonymen Vermerk: „Herrn Stadtverordneten L. May, — 1 Berlin-Hamb. Eisenb.-Prioritätsobligation zu 50 Thlr., Ersparniss von der Pflanzenkost; dem Verein für naturgemässe Lebensweise“ übersandt worden und hat Empfänger sofort gegen den beigelegten Talon IV. Serie Nr. 10723 den neuen Bogen mit Coupons vom 1. Juli 1871 bis 2. Januar 1877 eingelöst.

Indem wir dem hochherzigen Geber hierdurch unsern innigsten Dank für das Geschenk aussprechen, haben wir nach reiflicher Erwägung gemeint, das Capital nicht besser anlegen zu können, als in der Weise, dass wir die Zinsen des ersparten Objects denen zu Gute kommen lassen, die der leiblichen Nahrung am meisten entbehren, nämlich unsern Waisen. Zu dem Zwecke haben wir das Werthpapier heute an den Vorsteher des vegetarianischen Waisenfonds Herrn Belitski in Nordhausen übersandt.

Berlin, 30. September 1871.

Der Vorstand des Vereins für naturgemässe Lebensweise.

L. May. Dr. Baron. Dr. Nauhaus.
233 Linienstrasse.

Literarisches. Ich habe zu berichtigen, dass das kleine Schriftchen von Reichenbach „der Vegetarianismus im christlichen Mönchthum“ nicht bei Haerwig, sondern bei Haering & Comp. in Braunschweig erschienen ist (3 Sgr.) Es ist eine so nützliche und interessante Studie, dass ich mich habe in den Stand setzen lassen, es auf Verlangen mit zu versenden.

Von dem Nordhäuser „Vegetarianischen Kochbuch“ ist eine Uebersetzung in das Schwedische erschienen und für 12 $\frac{1}{2}$ Sgr. durch die Buchhandlung von Puttkammer & Mühlbrecht, Berlin, unter den Linden 64, zu beziehen. (Das deutsche Original in 3. Auflage kostet im Buchhandel 6 Sgr., vom Herausgeber bezogen 10 Stück 1 Thlr. E. B.)

Es erschien: Dr. med. Hennemann: **Die Menschenpocken**, ihre Geschichte, Wesen, Verhütung und Heilung. Berlin, Grieben. 44 S. 4 Sgr.

Ferner ist erschienen: **Meine Studien- und Vergnügungs-Reise.** Von L. May. Berlin, im Selbstverlage des Verfassers. 20 Seiten. Preis 3 Sgr.

Ferner erschien soeben: Dr. med. K. W. Koch, pract. Arzt in Herrnsstadt in Schlesien: **Zwei Lebensfragen.**

(Derselbe hat mir 300 Exemplare zur Vertheilung an Vegetarianer zur Verfügung gestellt; ich füge sie soweit der Vorrath reicht dieser Nr. bei. E. B.)

Eingegekochte Preisselbeeren, vorzüglich gute, der Centner 7 fl. süddeutsche Währung, Fassung 1 fl. pro Centner werden empfohlen bei Herrn Carl Rockstroh, Markt-Redwitz, Fichtelgebirge, Baiern. Th. H.

Pension in Magdeburg - Sudenburg. Aeltern, welche geneigt wären, in die Schulen Magdeburgs ihre Kinder zu schicken, finden für diese bei vegetarianischer Kost eine freundliche Aufnahme und einen gesunden Aufenthalt, auch wird denselben Nachhilfe in Sprachen und Benützung des Claviers geboten beim Lehrer Buchmann.

Briefkasten. Hrn. Th. J. in L. 1) „Sind eiserne Bettstellen vom ärztlichen Standpunkt aus der Gesundheit zuträglich oder nachtheilig?“ Gewiss sind eiserne vorzuziehen, da sie der Reinlichkeit und Leichtigkeit des Lagers grössern Vorschub leisten. Wichtiger freilich ist, was man hineinlegt (Seegras- oder Stahlfeder-Matratze), wo man sie aufstellt (in trockenem, luftigem, kühlem Raum) und wann und wie lange man schläft (Frühe nieder, frühe auf, verlängert meinen Lebenslauf)! — 2) Sind rein wollene oder baumwollene Kleidungsstücke dem Körper zuträglich? Wir geben — unter sonst gleichen Umständen — für annähernd Gesunde den baumwollenen den Vorzug, weil das baumwollene Gewebe — wenigstens wie es üblich ist — den Luftzutritt und Austritt vom Körper viel mehr gestattet als das wollene Gewebe, und dies ist der Gesundheit förderlich. Auf blosser Haut getragen verdient Leinen den Vorzug, weil Baumwolle und zumal Wolle zu stark frottirt. Uebrigens ist Baumwolle billiger, selbst wenn man sie in kalter Temperatur doppelt trägt und vom vegetarianischen Standpunkt deshalb empfohlen, weil sie nicht, wie die Wolle, die Thierzüchtung voraussetzt und überhaupt volkswirtschaftlicher ist. — 3) Welche Obstsorten sich betreffs ihrer Güte besonders empfehlen?? Zu Culturanlagen in Mitteldeutschland werden sich je nach dem Boden Aepfel am meisten empfehlen, weil sie frisch und getrocknet am angenehmsten, reinlichsten und gesündesten sein dürften. Die Birne ist weniger haltbar, dagegen zum Saft verwendbar. Die Pflaume (Zwetsche) ist frisch und als Muss so angenehm als nützlich. Das übrige Kernobst steht erheblich nach, die Beeren zu Säften als Luxusartikel sehr angenehm. Zu grossen Culturanlagen eignen sich daher nach unserer Meinung — von der Qualität des Bodens abgesehen — die drei erstgenannten Obstsorten am meisten und versprechen die beste Karte; unter gewissen Boden Umständen auch Kirschen, sowie Wallnüsse und gute Kastanien, deren Nährwerth sehr vernachlässigt zu sein scheint.

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).

Jahrgang IV.

Nr. 31—40.

N^o 34.

Nordhausen, den 11. November.

1871.

Aber nur Muth, da göttlichen Stammes die Sterblichen sind, und
Ihre geweihte Natur sie, bevorzugt, Jegliches selbst lehrt!

Pythagoras (bei Baltzer S. 147).

Die Nahrung der alten Römer und Griechen.

„Warum sollen wir nicht Fleisch essen?“ Das ist eine Frage von sehr altem Datum. Schon an Plutarch wurde sie gestellt und er antwortet*) mit der Gegenfrage: warum sollen wir Fleisch essen? Plutarch meint, es sei ekelhaft, einen Leichnam zu verzehren, es sei entsetzlich, ein Thier zu tödten, es sei unmöglich, den Geruch des todten Fleisches zu ertragen; auch weiss er schon ein Argument aus unserem Körper, aus unseren milden Zähnen, unserem kleinen Munde, unserer weichen Zunge zu entnehmen, wir können nicht wie Löwen und Wölfe mit unserem Bisse tödten und zerreißen; eine grosse Rolle endlich spielt bei ihm die Pythagoräische Theorie der Seelenwanderung: „möglichster Weise verzehre Du eine Menschenseele, vielleicht Vater, Mutter, Bruder, einen Freund.“

Wenn heut zu Tage eine Debatte über die aufgeworfene Frage beginnt, so sind unsere Gegner sofort mit einem Argumente bei der Hand: „Das Fleisch giebt Kraft.“ Ja, sie fahren fort, „es giebt unsäglich mehr Kraft als Brod.“ Wenn wir alsdann auf uns selbst und

*) Er hat zwei Reden gegen das Fleischessen geschrieben, die Gegenfrage stellt er in der ersten Rede.

auf unser gutes Befinden hinweisen, so wollen sie das nicht gelten lassen, weil unsere vegetarianische Lebensweise erst von gestern her sei.

Deshalb sind wir gezwungen, in die Geschichte der Völker hinaufzusteigen. Man wird es gelten lassen müssen, wenn wir nachweisen, dass die bedeutendsten Völker des Alterthums zu der Zeit, wo sie dem Höhepunkt ihrer Macht kräftig zuschritten, dem Vegetarianismus huldigten. Es soll dies hier von den beiden Völkern gezeigt werden, auf deren Cultur die unsere unmittelbar ruht: vom römischen und griechischen Volk.

Bei den Römern existirte die Bezeichnung für vier Mahlzeiten: jentaculum, prandium, cena und vespurna, allein nur ein Schwelger, wie Kaiser Vitellius, ass vier Mal des Tages; gewöhnlich ass man blos drei Mal, ja die Aerzte riethen gesunden Leuten blos eine zweimalige Mahlzeit an, wie denn Galen von sich selbst erzählt, dass dies seine Gewohnheit sei.

Es gab eine doppelte Vertheilung des dreimaligen Essens: entweder nahm man ein jentaculum, eine cena und eine vespurna, oder man nahm ein jentaculum, ein prandium und eine cena. Das ist so zu verstehen:

Das Jentaculum ist das erste Frühstück; es ward in der dritten oder

spätestens in der vierten Tagesstunde genommen.

Die Cena ward in alter Zeit in der sechsten oder siebenten Tagesstunde, also zu Mittag, genommen; auf dem Lande hielt man an dieser Stunde auch noch in später Zeit fest; die Geschäfte des städtischen Lebens aber veranlassten meistens die Verlegung der Cena auf den Nachmittag (in die zehnte Tagesstunde oder noch später).

Wer nun bei der alten Stunde der Cena blieb, der nahm gegen Abend die Vesperna, das Abendbrod. Wer hingegen die Cena auf die späte Zeit verlegte, der nahm in der sechsten oder siebenten Tagesstunde ein zweites und zwar grosses Frühstück, das Prandium.

Das Jentaculum bestand in Brod, welches entweder in Wein getaucht, oder mit Honig, Datteln, Oliven, Salz genossen wurde, auch wohl aus Käse. Das Brod war gewöhnlich aus Spelt (far), später auch aus Weizen, nicht hingegen aus Roggen (denn diesen sah man bei den Römern als Unkraut an), ferner nicht aus Gerste (denn diese galt als wenig nahrhaft). Spelt resp. Weizen wurde, so lange man keine Mühlen kannte, in Mörsern gestampft. Später gab es verschiedene Sorten Brod, namentlich Brod aus reinem Mehl, sowie aus Mehl und Kleie, letzteres wurde an die Soldaten geliefert.*) — Der Wein ist zwar in ältester Zeit kein Getränk der Römer gewesen, es wird erzählt, dass Romulus noch Milch und nicht Wein geopfert habe, allein die Weincultur muss sich schon sehr früh entwickelt haben, denn in dem berühmten Zwölftafelgesetze (450 v. Chr.) finden sich bereits Vorschriften, welche sie begünstigen.

Das Hauptgericht der Cena war die Puls; diese ist wieder aus Spelt bereitet, aber in Form eines Breies. Die Puls ist das römische Nationalgericht,

*) Aber auch Dichter und Seher leben von Schrotbrot, pane secundo Hor. ep. II., 1, 123. Die Red.

und übereinstimmend berichten die römischen Schriftsteller (Varro, Plinius), dass sie in alter Zeit die einzige Nahrung war, noch älter als das gebackene Brod; in grossen Töpfen (schreibt Martial) dampfte der Mehlbrei; noch in der Kaiserzeit ist die Puls das Gericht des gemeinen Mannes, ja sie fehlt auf keiner einfachen Tafel. — Neben dem Mehlbrei sind die Hauptnahrungsmittel die Gartengewächse: die Hülsenfrüchte, wie Erbsen, Linsen, Bohnen, die Gemüse, wie Zwiebeln, Knoblauch, Runkelrüben, Kohl, Gurken u. s. w. Nach Zwiebeln und Knoblauch zu riechen, war das Zeichen eines Römers der alten guten Zeit, Linsen erhielten die Soldaten im Felde, Kohl erklärte noch der alte Cato für die beste Speise, Bohnen jedoch, weil sie eine schwere Nahrung waren, blieben nur bei Leuten von guter Verdauung, bei Bauern, Schmieden, Gladiatoren, beliebt. Die Gemüse bildeten noch in später Zeit einen bedeutenden Bestandtheil der Cena; bei Plautus*) will sich ein Koch vor seinen Collegen herausstreichen, und deshalb erzählt er von ihnen, dass sie zu Mittag gesottene Wiesen auf den Tisch brächten, und aus den Gästen Ochsen machten, indem sie diese mit Kraut vollstopften; Kraut, das ein Vieh nicht essen möge, esse der Mensch!

Die Fleischnahrung wurde in der Zeit, von welcher wir sprechen, nur bei zwei Gelegenheiten genommen; einmal bei dem Opfer und sodann bei öffentlichen Gastmählern, die ein Magistrat aus Anlass der grossen Spiele dem Volke gab. Aber man begreift sofort, dass beide Anlässe zu selten eintraten, als dass man das Fleisch in jenen Zeiten unter den Nahrungsmitteln aufführen dürfte. Mehr noch! In alter Zeit galt es für sündlich, ein Rind zu tödten, ja, die Tödtung des Pflugstiers wurde als ein Verbrechen bestraft. Am frühesten begann das Essen des Schweinefleisches; das war auch am meisten verbreitet;

*) Er lebte von 227—184 v. Chr.

jeder Landmann zog später seine Schweine, die ihm den Braten zum Feste lieferten.

Das änderte sich Alles nach den Kriegen in Asien; die besiegten Nationen gaben den Römern mit ihren Reichtümern zugleich ihre Laster, und erweckten in ihnen neue Begierden und Bedürfnisse. Natürlich warf sich die Verschwendung vor Allem auf die Mahlzeiten. Aber die Gesetzgebung versuchte noch eine Weile, die Einfachheit der alten Zeit dem Volke zu erhalten; und es ergingen mehrere Verordnungen, wodurch der Luxus des Tisches beschränkt wurde. Theils wurde die höchste Anzahl der Tischgäste festgesetzt, theils wurde den Kosten des Mahles ein Maximum vorgeschrieben. Ein Gesetz zieht unsere Aufmerksamkeit auf sich: das Licinische Gesetz, wonach an gewöhnlichen Tagen nur drei Pfund Fleisch und ein Pfund Fisch auf die Tafel gebracht werden durfte, hingegen von den Früchten der Erde, des Weinstockes und der Bäume soviel als man wollte. Ein späteres Gesetz, das Aemilische vom Jahre 77 v. Chr., scheint einen ähnlichen Inhalt zu haben; wenigstens wird von ihm berichtet, dass es die Gattung und das Maass der Speisen beschränkt habe.

Das Abendbrod (vesperna) trug dasselbe Gepräge der Einfachheit wie das Frühstück, es bestand aus einfachem Brode.

Es bleibt mir noch übrig von dem Prandium zu sprechen; indess gehört dasselbe erst der Lebensweise der späteren Republik an, und es bot deshalb von Anfang an eine reichbesetzte Tafel: kalte und warme Speisen, Fische, Fleisch, Gemüse, Früchte, Wein wurden zum Prandium genommen.

Wenn ich hier meine Mittheilungen über die Nahrung der Römer abbreche, so bitte ich den Leser, meinen im Anfang angegebenen Gesichtspunkt nicht zu vergessen. Ich wollte zeigen, dass bis zu der Zeit, wo das römische Volk

auf dem Höhepunkt seiner Kraft stand, es wesentlich nach vegetarianischen Grundsätzen sich genährt, folgeweise auch die Tugend der Einfachheit und Mässigkeit in hohem Grade besessen habe. Dass dies später anders geworden, ist allzubekannt, um besonders aufgeführt zu werden; nirgends (schreibt ein neuerer Schriftsteller) tritt der Contrast zwischen der einfachen Genügsamkeit der früheren Zeit und dem raffiniertesten, zur unsinnigen Verschwendung führenden Luxus der spätern Zeit auffallender hervor als bei der Tafel; zuletzt war man nicht darauf bedacht, durch die leckerste Bereitung der Speisen den Gaumen zu kitzeln, sondern die seltensten und darum nur zu unmässigen Preisen zu erlangenden Dinge, ganz abgesehen von ihrer Schmackhaftigkeit, in Schüsseln aufzuhäufen, die eben nur durch die Summen, welche sie kosteten, der Tafel ihren Glanz verliehen; auch war es dem römischen Gourmand nicht blos darum zu thun, lecker, sondern auch möglichst viel zu essen, und er verschaffte sich dazu die Capacität durch die unnatürlichsten Mittel, namentlich durch Vomitive.

Die griechische Nahrungsweise stimmt in vielen Stücken mit der römischen überein. Zwar möchte man das Gegenteil behaupten; denn wem ist nicht die Spartanische Suppe im Gedächtniss? Und wer erinnert sich nicht, dass das Gastmahl homerischer Helden und Fürsten aus Brod und Fleisch von allerhand Thieren (von Rindern, Schafen, Ziegen, Schweinen) bestand? Allein von der Spartanischen Suppe werde ich später handeln, und was die homerischen Angaben betrifft, so gebe ich nur der Ueberzeugung eines der grössten Kenner des griechischen Alterthums (W. A. Becker) Ausdruck, wenn ich bemerke, dass von dem Ueberfluss des Fleisches bei einem homerischen Fürstenschmause keinesweges auf einen reichlichen Genuss desselben im Hause eines Bürgers aus dem Mittelstande geschlossen wer-

den dürfe. Es lässt sich dies mit Sicherheit nachweisen.

Zunächst ist zu betonen, dass die Attischen Mahlzeiten als einfach bezeichnet und von den Komikern bespottet werden. Ein Attisches Mahl (heisst es einmal aus der späteren Zeit) enthielt auf einer grossen Schüssel fünf kleine, und das ist wohl ein mannigfaltiger Anblick, aber es ist nichts für den Magen. Erst in Beotien wird auf ein reichliches, gutes Mahl hoher Werth gelegt, und die Schwelgerei der griechischen Tochterstädte in Sicilien überbot freilich alles. Für die Griechen im Allgemeinen ist nichts bezeichnender, als dass sie noch von Athenäus, einem Schriftsteller aus dem zweiten Jahrhundert n. Chr., Schmalhansküchenmeister und Blätterfresser (*φυλλοτροῶγες*) genannt werden.

Der Grieche ass drei Mal des Tages. Das Frühstück (*ἀκράτισμα*) wurde gleich am Morgen, wenn man sich vom Schlaf erhoben hatte, eingenommen, und es bestand aus Brod, das man in ungemischtem Wein tauchte; dieses Frühstück bestand bis in die spätesten Zeiten, noch Athenäus bezeichnete es als Sitte seines Jahrhunderts. — Dann die Mittagmahlzeit (*ἀριστον*), sie bestand bloss zum Theil aus warmen Speisen, es war nicht die Hauptmahlzeit, vielmehr wurde diese (das *δειπνον*) erst einige Stunden später genommen. Wie bei den Römern die Puls, so war bei den Griechen eine ähnliche Speise, die *μαῖζα* (sprich maza) das gewöhnliche Nahrungsmittel; es war ebenfalls ein Brei oder ein Fladen, der aber auf sehr verschiedene Weise (mit Oel, Wein u. s. w.) bereitet werden konnte, und nach den verschiedenen Arten der Bereitung gab es verschiedene Namen. Nichts bezeichnet die Maza besser als griechisches Nationalgericht, als die Aeuserung des griechischen Heerführers, der, als er die Perser bei Platää besiegt und in ihrem Lager eine reich zugegerichtete Tafel fand, die Worte sprach:

„Bei den Göttern, der Perser war ein Thor, dass er, der solches besitzt, unsere Maza sich holen wollte.“ Das Mehl, aus welchem die Maza gemacht wurde, war gewöhnlich von Gerste, seltener von Weizen. — Neben der Maza wurden die grünen Gemüse und die Hülsenfrüchte, wie Bohnen, Linsen, Lupinen gegessen; besonders beliebt aber waren Zwiebeln und Lauche; man ass diese theils roh oder doch nur äusserlich angemacht (mit Essig, Oel, Honig), theils in Asche gebraten und mit Sauce, theils zu Brei gekocht.

Der Fleischgenuss scheint mir aber bei den Griechen jedenfalls älter als bei den Römern zu sein. Dafür sprechen zwei Umstände; einmal die Schmausereien bei Homer, und sodann die Lehre des Pythagoras; denn wenn es sich auch nicht mit Sicherheit nachweisen lässt, dass Pythagoras seinen Anhängern alles Fleischessen verboten habe, so hat er es doch jedenfalls beschränkt (vgl. Zeller, Philosophie der Griechen 1, 228 der zweiten Auflage).*) Andererseits machten dem Fleisch die Fische grosse Concurrenz; während diese bei Homer nie als Nahrungsmittel erwähnt werden, so sind sie später der vorzüglichste Gegenstand der Feinschmeckerei, und in ihnen besonders zeigte sich die Schlemmerei und Verschwendung; aber auch das niedere Volk, trotzdem es die Maza bis in die spätesten Zeiten festhielt, ass die billigen gesalzenen Fische.

Hier ist der Ort, um von der berühmten spartanischen Suppe zu reden. Sie war ein Schwarzsauer von Schweinefleisch, in Blut gekocht und mit Essig und Salz gewürzt, eben deshalb heisst sie *ἀμαρία*. Weist sie nicht darauf hin, dass der Fleischgebrauch im alten Griechenland allgemein war? Ich glaube

*) Er verbot es ganz! Siehe Röth II, 499. Zeller bekennt ja (in der dritten Auflage) selbst, dass er Röth nicht controlliren könne, weil ihm die Aegyptiologie abgeht. Ueber den massgebenden Unterschied der Pythagoriker und Pythagoreer siehe ebendort und meinen „Pythagoras“ S. 136. Die Red.

dies, mit Rücksicht auf die bisherige Darstellung, verneinen und vielmehr folgende Ansicht aufstellen zu müssen. In Sparta hat Lykurgus das Volk so organisirt, dass die Erziehung der Jugend und die Ueberwachung der Männer als Staatssache gilt, die schwarze Suppe ist eine Staatseinrichtung; die Männer essen sie öffentlich unter Aufsicht derselben Personen, welche sie im Heer anführen, und nur aus guten Gründen darf Jemand vom Mahle fern bleiben. Nun erwäge man, dass die homerischen Fürsten im Fleische schwelgen: sicherlich hielt Lykurg die Fleischnahrung für die kräftigste und machte sie von Staatswegen zur Nahrung der Männer; dem Griechenland ausserhalb Sparta ist wie die Lykurgische Staatsverfassung, so auch die Blutsuppe und (wenigstens bis zu den Perserkriegen) die Fleischnahrung überhaupt unbekannt.*)

Zum Schluss eine persönliche Bemerkung. Als auf dem vorjährigen Congress in Berlin eine öffentliche Versammlung abgehalten wurde, so trat ein namhafter Mediciner mit der Frage auf, ob wir glaubten, dass ein Homer, ein Plato ihre unsterblichen Werke bei Pflanzenkost geschaffen hätten. Wir bejahten die Frage, können aber über Plato jetzt noch eine specielle Auskunft geben; seine Gastmähler zeichneten sich durch Frugalität aus; es wird nicht bloss berichtet, dass die beim Plato Speisenden am folgenden Tage wohl auf sind (m. a. W. keinen Katzenjammer haben), sondern auch, dass seine Lieblingsspeise die Feige war, so dass man ihn den Feigenfreund nannte; auch in seinem Symposion geschieht der sinnlichen Genüsse gar keine Erwähnung. Prof. Baron.

*) Vergleiche eine abweichende Ansicht oben S. 416. Die Red.

Die Nothwendigkeit diätetischer Versuche am Menschen.

In einem Artikel „Vegetarianer und Bantingisten“ in der Zeitschrift „Im Neuen Reich“ 1871 Nr. 42 hat Hr. Professor Ludwig in Leipzig, eine bedeutende Autorität im Fache der Physiologie, in herkömmlicher Weise der gemischten (Fleisch-) Kost das Wort redend, uns Vegetarianer als linken, die Bantingisten als rechten Flügel der Excedenten gezeichnet. Obwohl die Thatsache, dass dieser rechte Flügel, wenn er wirklich ausschliesslich von Fleisch lebt, abmagert und zu Grunde geht, wogegen der linke Flügel, wenn er ausschliesslich von Pflanzenstoffen lebt, bei sonstigem naturgemässen Verhalten vortrefflich gedeiht, die Männer der Wissenschaft vorsichtiger in ihren Urtheilen machen sollte, so haben wir es hier doch mit einem Manne dieses Standpunktes nicht der gewöhnlichen Art zu thun, die wie Klencke, Funke u. A. m. nur zetern und wettern, gelegentlich auch verleumden, wie Leute, die pro domo reden, sondern mit einem, der anerkennt, dass hier ein für die Wissenschaft zur Zeit noch ungelöstes Problem vorliegt, dessen Lösung allein auf dem in unserer (und seiner!) Ueberschrift bezeichneten Wege zu suchen ist. Er erkennt an, dass die Wissenschaft noch keine Diätetik zureichender Art hergestellt hat. „Für die Unzulänglichkeit der Vorschriften der Diätetik heutigen Tages, so drückt er sich aus, spricht nichts so sehr als der geringe Erfolg, den sie, selbst unter den günstigsten Bedingungen, erreicht.“ Er erkennt an, dass die Chemie allein das Wissen des Wahren nicht vermitteln kann; er erkennt an, dass es der heutigen Physiologie an „Tiefe der Einsicht“ gebricht, in diesen Dingen ein lösendes und erlösendes Wort zu sprechen. Das Alles haben Andere, z. B. Virchow, vor ihm gethan (vergl. meine Briefe an Virchow S. 7 ff.) Aber Ludwig geht einen Schritt weiter. Uns

Vegetarianer hat es schon immer zum Lachen gereizt, wenn man die Norm unserer menschlichen Ernährungsweise, nicht nur an anderen herbivoren oder frugivoren Thiergattungen, sondern gerade an Hunden, also am Carnivoren, anstellte, die nicht einmal kauen, nur reissen und schlingen können, und schon das Kauen ist ja von so grosser physiologischer Bedeutung, dass selbst zwei Menschen unter sonst gleichen Umständen, durch Verschiedenheit des Kauens ganz verschiedene Verdauungsunterschiede constatiren. Mussten denn nicht alle Schlüsse von jenen auf uns einen Salto machen, den jeder Laie begreift, zumal wenn er die organischen Verschiedenheiten zwischen ihnen und uns in Betracht zu ziehen gelernt hat? Herr Prof. Ludwig erkennt das an, indem er „die Nothwendigkeit dieser diätetischen Versuche am Menschen selbst“ eingehend begründet, welche bisher in wissenschaftlicher Weise nicht gemacht seien. (Siehe indess die Versuche von Dr. Winternitz und Koffer in Wien.) Er geht bereits so weit, das Interesse und die Mitwirkung des Staates hierfür in Anspruch zu nehmen, um der socialen Bedeutung der Sache willen.

Wir freuen uns, dass sich „im neuen Reich“ hierfür eine Stimme der officialen Wissenschaft erhebt! Wir haben da den Anfang dessen vor uns, was wir vor zwei Jahren beabsichtigten, als wir im deutschen Vereine der Freunde der natürlichen Lebensweise eine Adresse an alle physiologischen Lehrstühle des Vaterlandes beschlossen und entsendeten, um ihre Ansicht über diese von uns praktisch vertretene Sache kund zu geben und die Erhebung ihrer einflussreichen Stimme in der Richtung zu veranlassen, in welcher Hr. Prof. Ludwig es jetzt thut. (Ver.-Bl. S. 155 u. 273.)

Und sein Anrufen des Staates ist um so dringlicher, als die sociale Bedeutung der Sache weit grösser ist, als er selbst zur Zeit ahnet. Denn seine Ansicht über die öconomischen Wirkun-

gen unseres Systems sind nur schwache Ahnungen dessen, was möglich ist, und was, wenn wir es nicht aus freiem Erkennen thun, die eiserne Nothwendigkeit einst lehren wird, wie Carey in einzelnen Beziehungen bereits als sich von selbst vollziehend nachweist. In meiner „Reform der Volkswirtschaft“ zeigte ich weiter auf diesen Weg hin und auf seine Begründung.

Der Staat aber — es sind das ja auch Menschen und Carnivoren dazu — wird vorerst noch nicht auf Herrn Ludwig hören. Aufhorchen zwar thut er, — die oberste deutsche Militärinstanz hat ja bereits dem rechten Flügel, den „Bantingisten“ wie Ludwig sie nennt, ein „links schwenkt“ zugerufen, denn nachdem erwiesen ist, dass der Carnivorismus im Heerwesen Tausenden Gesundheit und Leben gekostet, hat man gemischte Kost (in unserem vegetarischen Sinne) für die Zukunft in höherem Masse angeordnet. (Siehe oben Seite 502 und 503.) Das lässt schon hoffen. Aber erst wenn die offizielle Wissenschaft stärker und stärker darauf dringt, wie Ludwig thut, diese Sache zu prüfen, erst dann wird man von Staatswegen darauf eingehen lernen.

Ich will aber Herrn Professor Ludwig einen Weg zeigen, der vielleicht rascher zum Ziele führt. Er selbst sagt, und gewiss mit vollem Recht, „dass eine sorgfältige Auswahl und richtiges Maass der Speisen für das Gedeihen in der Kindheit noch viel mehr bedeute als für das Behagen im reifen Alter.“ Die Aertztwelt ist ja aber dazu leidlich geneigt, die Kinder noch vom Fleischgenuss zu dispensiren. Wohlan, man nehme ein Waisenhaus und richte es vegetarisch ein, stelle es unter sichere Controlle — und beobachte die Ergebnisse! Leicht könnte man auch ein Hospital in gleicher Art Experimente machen lassen. Zwar ist das Alles in Amerika ja geschehen, annähernd sogar bei uns am Rhein (siehe oben Seite 79, Brauweiler), aber immerhin

mehr Versuche! Es wird sich ja zeigen, auf welchem Wege die Wahrheit zu finden ist und dann wird auch der „Staat“ zur Einsicht kommen, dem jetzigen social-ökonomischen Verschwenden und Verderben Halt gebieten zu helfen.

Inzwischen stellen wir Vegetarianer unsere persönlichen Beispiele hin und sammeln nebenbei die Mittel ein Waisenhaus zu begründen, in welchem wir Gelegenheit auch zu wissenschaftlichen Beobachtungen geben werden. *)

Ed. Baltzer.

Dr. Gustav Jäger

und sein Buch: „Die Geheimnisse der unsichtbaren Welt, enthüllt durch das Mikroskop.“ **)

Es dürfte manchem Leser dieser Blätter willkommen sein, sich über die neuesten Errungenschaften auf dem Gebiete der Mikroskopie in ansprechender Form belehren zu lassen; Herr Dr. Jäger versteht es, seine Leser zu fesseln. Er nimmt allerdings als ein ächtes Kind seiner Zeit einen völlig antivegetarischen Standpunkt ein, nöthigt aber damit überzeugungstüchtige Vegetarianer zu allerlei Glossen und Einwendungen, die sich aus dem Werke selbst nicht beantworten lassen. Abgesehen also von aller Polemik! hege ich den lebhaften Wunsch, den interessanten Aufschlüssen über die Entstehung, Fortentwicklung, Erkrankung und Vernichtung der Zelle, über den Gährungsprocess, über verdorbene Nahrungsmittel u. s. w. ein möglichst grosses Publikum zu verschaffen. Das Werk hat 1863 bereits die zweite Auflage erlebt und ich kann es mir nicht versagen eingehender anzudeuten, was ich daraus gelernt habe.

Aus dem Kampfe der Elemente lösen sich Partikelchen von mikroskopischer

*) Vergleiche unten „Zwei Besuche“.

Die Red.

**) Es kostet 4¼ Thlr.

Die Red.

Kleinheit, in unendlicher Mannichfaltigkeit und unbegrenzter Entwicklungsfähigkeit. — Dabei muss ich bemerken, dass, stände der Verfasser auf freige-meindlichem Fundament, er ganz einfach erklärt haben würde, wie das jedem Werden zu Grunde liegende Ewige, die einzige Ursache alles Gewordenen ist. Wie die Form in ihren allerersten Anfängen von äusseren Einflüssen bedingt wird, schildert er meisterhaft.

Durch Feuchte, Wärme und eine Mischung von allerlei chemischen Bestandtheilen entsteht eine gallertartige mit unzerstörbarer Lebensfähigkeit begabte Masse ohne individuelles Leben; er nennt sie Sarkode.

Es braust ein Sturm daher, dem heftige Regengüsse folgen, die Sarkode ist aus ihrer trägen Ruhe aufgerüttelt, einzelne Tröpfchen lösen sich, werden ins Meer geschwemmt und beginnen ein selbstständiges Leben. Das Meerwasser enthält eine Auflösung aller sogenannten unorganischen Stoffe, diese bilden aber die nöthige Nahrung der Tröpfchen. Wie in ihrer Art die Cristalle wachsen und sich zu einander gesellen, so bildet sich in der Sarkode in Folge ihrer Eigenthümlichkeit ein Kern — und es entsteht: die Zelle, ein Individuum, das von der Aussenwelt seine Nahrung empfängt und die Fähigkeit besitzt sich durch Theilung u. s. w. zu vervielfältigen. Wie nun diese mikroskopischen, einzelligen Wesen, unseren unbewaffneten Sinnen unsichtbar, als Wurzelfässer, Amöben, Gregarinen u. s. w., unter verschiedenen Lebensbedingungen verschieden arten, ist in höchst anziehender Weise geschildert. Der Verfasser zeigt uns wie aus solch winzigen Wesen sich die Koralleninseln aufbauen, wie ungeheure Kreidelfelsen nur die Ueberreste kleiner Schaalthiere sind, wie aus dem Vergehen ewig neues Werden sich gebietet und nach und nach die Bedingungen vorhanden sind für immer vollkommeneren Organismen.

Schritt vor Schritt geht der Verfasser weiter. Er beweist uns, warum und weshalb Thiere und Pflanzen denselben Ursprung haben, nämlich die aus der Sarkode stammende selbstthätige Zelle. — Er zieht die Parallele zwischen dem Verholzen des Baumes und der Brüchigkeit der Knochen bei alten Leuten, die er gleichfalls als einen dem Verholzen ähnlichen Vorgang schildert. — Immer aber ist es die allgegenwärtige Zelle, durch deren Arbeit diese Wunder zu Stande kommen.

Interessante Aufschlüsse über die normale und krankhafte Zellenentwicklung finden sich in Menge; es ist einem, wenn man das liest, als ob der Schleier, der das Innere des Körpers verhüllt, plötzlich aufgedeckt würde. Wir sehen das Werden von jeder Ader, jeder Nervenfasern, sehen den inneren Hohlraum, der die Veranlassung zur complicirteren Ernährungsmöglichkeit wird, sich entwickeln vom schlauchartigen Regenwurm bis hinauf zum menschlichen Verdauungsapparat.

Wie dann mit den vollkommeneren Blut- und Nervensystemen die Intelligenz steigt, wie alles zwar stark bedingt ist durch äussere Einflüsse, wie aber doch die richtige Arbeit uns vorwärts bringt, ist herrlich entwickelt! — Dann kommen allerlei practische Belehrungen, die hier aufzuzählen es an Raum gebricht. Wer durch das Gesagte sich angeregt findet, lese das Ganze, und ich denke es wird Niemand unbefriedigt das Buch aus der Hand legen.

Warum ich aber in unserem Vereinsblatt darüber spreche, da es scheinbar keine vegetarianischen Tendenzen hat? Nun, weil Wissen jedermann noth thut! und uns hier ein reicher Schatz in anmuthiger Form geboten wird. Nennen wir uns Freunde der natürlichen Lebensweise, so ist es für uns doch wohl gerechtfertigt, die Natur in ihren ersten Anfängen zu belauschen. Darum bitte ich um Nachsicht für diese Zeilen.

M.

Das Obst.

β Bei allen Vegetarianern stehen die Obstsorten in hohem Rufe, ja man preist sogar den Apfel als die Lieblingsfrucht der Vegetarianer. Es ist daher vielleicht von einigem Interesse, den chemischen Gehalt der Obstsaften, dem „Getränk“ der Vegetarianer in's Auge zu fassen.

Moleschott (Physiolog der Nahrungsmittel 1859) führt einige Analysen an, die wir hier kurz mittheilen wollen, nur mit dem Bemerkten, dass die angeführten Zahlen nur Durchschnittszahlen sein können, da besonders der Gehalt an Zucker und freier Säure abhängig ist vom Grad der Reife, der Temperatur, der Bodenbeschaffenheit etc. und somit zahlreichen Modificationen unterworfen ist.

Die Aepfel enthalten demnach auf 1000 Theile: Eiweiss 3,9, Pectin (mit Dextrin, Fett, geb. Säure etc.) 55,0, Pectose 12,0, Zucker 80,0, freie Säure 6,9, Salze 3,6, Wasser 821,0, Schalen und Kerne 17,0.

Die Birnen: Eiweiss 2,3, Pectin etc. 32,0, Pectose 9,6, Zucker 88,0, freie Säure 0,3, Salze 3,6, Wasser 832,0, Schalen und Kerne 31,8.

Die Pfirsiche: Eiweiss 3,0, Pectin 60,0, Zucker 66,0, freie Säure 11,0, Salze 8,0, Wasser 834,0, Schalen und Kerne mit Pectose 18,0.

Die Aprikosen: Eiweiss 6,5, Pectin 66,0, Pectose 6,4, Zucker 44,0 (variirt um das Zehnfache), freie Säure 11,2, Salze 8,7, Wasser 838,0, Schalen und Kerne 11,0.

Die Stachelbeeren: Eiweiss 4,7, Pectose 6,0, Pectin etc. 11,0, Zucker 69,0, freie Säure 16,0, Salze 5,0, Wasser 853,0, Schalen und Kerne 34,0.

Die Johannisbeeren: Eiweiss 5,5, Pectin 1,7, Pectose 9,4, Zucker 64,0, freie Säure 21,5, Salze 7,5, Wasser 845,0, Schalen und Kerne 45,0.

Die Waldhimbeeren: Eiweiss 5,5, Pectin 11,0, Pectose 1,8, Zucker 36,0,

freie Säure 19,8, Salze 4,0, Wasser 839,0, Schalen und Kerne 83,0.

Die Brombeeren: Eiweiss 5,1, Pectin 14,4, Pectose 3,8, Zucker 44,4, freie Säure 11,9, Salze 4,9, Wasser 864,0, Schalen und Kerne 51,0.

Die Heidelbeeren: Eiweiss 7,9, Pectin 5,5, Pectose 2,4, Zucker 57,8, freie Säure 13,4, Salze 14,1, Wasser 775,0, Schalen und Kerne 123,0.

Die schwarzen Maulbeeren: Eiweiss 3,9, Pectin 20,3, Pectose 3,2, Zucker 91,9, freie Säure 18,6, Salze 6,5, Wasser 847,0, Schalen und Kerne 8,4.

Die Pflaumen (*Prunus insititia*): Eiweiss 3,9, Pectin 64,5, Pectose 4,6, Zucker 67,0, freie Säure 9,6, Salze 5,0, Wasser 838,0, Schalen ohne Kern 7,7. Der Zuckergehalt ist sehr variabel und beträgt oft das 3—4fache der angegebenen Menge.

Die Zwetschen (*Prunus domestica*): Eiweiss 9,1, Pectin 43,6, Pectose 11,9, Zucker 70,5, freie Säure 10,1, Salze 7,9, Wasser 831,0, Schalen ohne Kerne 16,2.

Neubauer untersuchte hellrothe Herzkirschen vom Jahre 1854 und fand Zucker 131,1, Apfelsäure 3,5, Eiweiss 9,0, Pectin, Dextrin etc. 22,9, Salze 6,9, Kernen und Schalen 72,9, Wasser 753,7.

Zervas fand 1855 in sauren Kirschen: Zucker 87,7, Apfelsäure 12,8, Eiweiss 8,2, Pectin und Dextrin 18,5, Pectose 2,4, Salze 6,2, Kerne 51,3, Schalen 8,0, Wasser 804,9.

Neubauer fand 1855 in schwarzen Kirschen: Zucker 107,0, Apfelsäure 5,6, Eiweiss 10,1, Pectin und Dextrin 6,7, Pectose 6,6, Salze 6,8, Kerne 56,6, Schalen 3,6, Wasser 797,0.

Weintrauben.

Herberger analysirte zu Dürkheim 1846 gezogenen Gutedel und fand: Traubenzucker 122,1—127,5, freie Weinsäure 2,2—2,2, freie Apfelsäure 1,0—1,1, Traubensäure 0,3—0,3, Eiweiss etc. 15,4—18,6, Dextrin 9,1—6,5,

Farbstoff 0,1—0,1, Wasser 846,3—838,7, Salze 1,6—3,0. Ausserdem Spuren von Harz, Gerbsäure und Fett.

Fresenius fand in sehr reifen Rieslingtrauben von Oppenheim vom Jahre 1855; Zucker 135,2, freie Säure 7,1, Eiweiss, Pectin etc. 40,7, Kerne und Schalen 56,6, Wasser 760,4.

Stöss untersuchte Walderdbeeren und fand: Zucker 32,47, Apfelsäure 16,50, Eiweiss 6,19, Pectin etc. 1,15, lösl. Asche 7,37, Kerne und Schalen 60,32, Pectose 2,99, Wasser 872,7.

Hellrothe Ananaserdbeeren enthielten nach Leussen: Zucker 75,75, Apfelsäure 11,33, Eiweiss 3,59, Pectin etc. 1,19, lösl. Asche 4,80, Kerne und Schalen 19,60, Pectose 9,0, Wasser 874,7.

Waid bei St. Gallen.

Nicht sowohl um mich zu heilen, sondern um mich zu erholen, ging ich auf einige Zeit nach der vegetarianischen Anstalt Waid bei St. Gallen, und ich wünschte, dass es Jedem von uns ver gönnt wäre, dort einige Wochen zu verweilen. Die Waid ist prächtig gelegen; ringsherum hügelige Wiesen, selbst die Chaussee zwischen St. Gallen und Rohrschach, die dicht an der Waid vorüberführt, zieht sich ihrer ganzen Länge nach durch Wiesen hin. Diese Wiesen sind reich mit Bäumen besetzt, so dass man sich fortwährend in einem Park oder in einem Obstgarten zu befinden glaubt, bloss in der unmittelbaren Umgebung der Waid sind die Bäume etwas sparsam, dafür giebt es ganz in der Nähe (kaum eine halbe Stunde entfernt) mehrere kleine Wäldchen. In der Ferne findet man auf der einen Seite das Alpengebirge (Sentis, Altenau), auf zwei anderen den Bodensee mit den städtereichen Ufern, die sich wunderbarlich ausnehmen. Spaziergänge giebt es viele; man kann einen Gang von einer halben Stunde bis zu zwei Stunden (Vögeliseck) wählen, und wenn man gar kühn ist, so

streift man in zwei Tagen bis zum Rigi hinüber und zurück. Natürlich ist die Luft kräftigend und duftig. Die Anstalt selbst ist einfach eingerichtet; aller Luxus fehlt im Hause; auch die Zimmer sind nur mässig gross; man empfindet dies kaum (ausser wenn man bettlägerig krank ist), denn bei gutem Wetter ist man im Freien, bei schlechtem Wetter sammelt man sich im Saale, welcher von eminenter Höhe und Grösse ist, und worin sich die vegetarische Literatur, einige Zeitungen, ein Billard, ein Pianino befindet. Grössere Zimmer findet man im Hause des Anstaltsarztes, Herrn Hahn, der des Morgens dem Bade und allen Mahlzeiten beiwohnt; derselbe baut auch ein neues Haus. Einfach endlich ist die Nahrung, und wir möchten hierfür die ganze Aufmerksamkeit des Lesers in Anspruch nehmen. Des Morgens zwischen 5 und 6 Uhr nimmt man das Bad; man promenirt eine halbe bis zu einer ganzen Stunde, und frühstückt um 7 Uhr: ungekochte Milch, ein Teller Compot und Schrotbrod; statt der Milch essen Einige eine Griessuppe oder eine Schrotmehlsuppe. Hierauf geht man den Geschäften resp. dem Nichtsthun bis 12^{1/2} Uhr nach; zu dieser Zeit wird gegessen; die Mahlzeit besteht aus zwei Gerichten: einem Gemüse und einer Eierspeise; diese müssen bis Abends 6 Uhr erhalten; zu dieser Zeit hält man das Abendmahl; es gleicht dem Frühstück, nur dass mit dem Compot das rohe Obst abwechselt. Ich, der ich in Babel-Berlin wohne, und noch immer gern viele Gerichte (von jedem ein bisschen) geniesse, war etwas bedenklich; hatten wir doch auf dem vorjährigen Congress Suppe, zwei Gemüse, Speise und Compot hergerichtet! Durch eigene Ueberlegung und fremde Unterstützung (mein Tisch-nachbar, der Herr Pastor, wird mir im Gedächtniss bleiben) kam ich hinter den Sinn, und das erste, was ich nach meiner Rückkunft in Berlin anordnete, war die Errichtung meiner Tafel nach

Waidischer Art. Es ist die Mässigkeit der Art und dem Umfang nach, welche der Vegetarianismus von seinen Bekennern verlangt, und deren Segnungen er ihnen zu Theil werden lässt. In der Waid zeigte sich der Segen in einigen brillanten Curen, und in ununterbrochener guter Laune; man plauderte, spazirte, musicirte, man machte nicht gross Toilette, es herrschte ein ungezwungener Ton, und man ging mit dem Entschluss weg, übers Jahr wiederzukommen. Prof. Baron.

Lokalverein.

In Leipzig fand am 29. September dieses Jahres in Folge einer erlassenen Annonce eine Zusammenkunft und Vorbesprechung der dort befindlichen Vegetarianer statt, bei welcher auch Herr Ed. Baltzer aus Nordhausen anwesend war. In Folge davon constituirte sich am 4. October daselbst ein Vegetarianischer Verein. Sein Zustandekommen verdankt derselbe hauptsächlich den seit Jahren bekannten rastlosen, aufopfernden und uneigennütigen Bemühungen des Herrn S. Rosenthal aus Nordhausen. Als Statut wurde das Nordhäuser angenommen mit der Modification, dass ein bestimmter Monatsbeitrag festgesetzt wurde, von dessen Ueberschuss nach Abzug der laufenden Kosten eine vegetarische Bibliothek angeschafft werden soll. Zur Begründung derselben schenkte Herr Rosenthal mit dankenswerther Freigebigkeit drei Werke der einschlagenden Literatur. Vorsitzender des Vereins wurde durch Wahl Cand. phil. C. Thilo (Gohlis bei Leipzig, Eisenbahnstrasse 8, I.), Stellvertreter Herr Kaufmann E. Thieme. Die Zahl der Mitglieder beträgt 10. Ist auch unsere Zahl klein, so ist doch unser Muth und Hoffnung auf unsere gute Sache gross! C. Th...

Knochenbrüche.

Am 16. October 1871 vertheidigte zu Leipzig im Saale der medicinischen

Facultät vor dem Geheimen Hofrath Dr. Coccius der Doctor der Medicin, Herr Friedrich Andreas Fulss aus Dordrecht, Capland, District Albert, Bezirk Wodehouse, zur Erlangung der medicinischen Doctorwürde eine äusserst interessante Abhandlung: Ueber die Gesundheits- und Krankheits-Verhältnisse am Kap der guten Hoffnung. Dr. Fulss, der, nach einem schon in Europa bewegten Leben, im Jahre 1857 nach Absolvirung seiner Studien in Leipzig als Assistenzarzt mit der unter Baron Stutterheim stehenden englisch-deutschen Fremdenlegion nach dem Kap ging und sich, aus dem Militär ausgetreten, in Dordrecht, einem Orte auf ehemaligem Kafferngebiete, einer ausgezeichneten Praxis erfreut, hatte drei selbstaufgestellte Thesen zu begründen und aufrecht zu erhalten, die folgendermassen lauten:

- 1) Die auffallende Heilkraft der Kaffern nach Knochenbrüchen und anderen schweren Verletzungen ist weder auf Eigenthümlichkeit des Klimas, noch solche der Race begründet, sondern dürfte als eine Folge der ausschliesslich vegetabilischen Nahrung angesehen werden können.
- 2) Beckenverengerungen kommen bei Naturvölkern höchst selten vor.
- 3) Die Capcolonie ist ein thatsächlicher Beweis für die Möglichkeit, epidemische Krankheiten einzig durch Quarantaine fern zu halten.

Obgleich diese Sätze alle drei von Wichtigkeit sind, hat doch hauptsächlich der erste für uns das grösste Interesse,*) und wenn das Leipziger Tageblatt zu demselben bemerkt: „Die Leipziger Vegetarianer werden dies mit Befriedigung lesen“, so hat es ganz recht, ich glaube sogar, alle Vegetarianer wer-

*) Gewiss, obwohl wir wissen, welche gewaltig feste Knochen alle Frugivoren und Herbivoren der Natur haben.

Die Red.

den mit Genugthuung davon Kenntniss nehmen, weshalb ich mich auch beeile, es denselben hierdurch mitzutheilen.

Gohlis bei Leipzig, im October 1871.
Carl Thilo, Cand. phil.

Zwei Besuche.

Zu einer anderen und besseren Ueberzeugung zu gelangen, ist wohl in jedem Falle angenehm, aber doppelt erfreulich in Dingen, die einem besonders am Herzen liegen. Bis jetzt glaubte ich, dass von allen bedeutenderen Gelehrten Deutschlands, Professor Virchow ausgenommen, auch nicht einer so viel Interesse für unser Ziel: die Ausbreitung des Vegetarianismus, hätte, dass er es der Mühe werth erachte, sich unparteiisch nach unseren Principien behufs einer event. streng wissenschaftlichen Prüfung zu erkundigen und eine Stunde, die ich im Vereine mit Herrn Rosenthal aus Nordhausen und Herrn Oppenheim aus Frankfurt a. M. bei Herrn Professor Dr. Ludwig zu Leipzig — einem der bedeutendsten Physiologen der Gegenwart — am 23. September c. a. zuzubringen die Ehre hatte, hat mich eines Besseren belehrt und mir die Gelegenheit gegeben, in Herrn Professor Ludwig einen jener wahren Gelehrten kennen zu lernen, die weitab von jedem Anspruch auf Infallibilität, jede Sache erst einer unparteiischen Prüfung unterziehen, ehe sie dieselbe verurtheilen. Welch wohlthuenden Unterschied dieses noble Auftreten eines so bedeutenden Mannes gegen die faden, sinn- und grundlosen Schimpfereien seines Leipziger Collegen, Professor Bock, oder die verkehrten, ungenauen und übertriebenen Expectorationen des Professor Funke in der Gartenlaube, macht, empfindet wohl jeder in derselben Weise als ich. Professor Ludwig hatte die Güte, sich längere Zeit mit uns über unsere Principien und deren Ausführung zu unterhalten, er bekannte uns offen, dass er in dem Streite bis jetzt ganz unparteiisch sei und durchaus keine Voreingenommenheit gegen den Vegetarianismus besitze, die Physiologie könne bei ihrem jetzigen Standpunkte noch keine definitive Antwort auf die Frage: „ob Fleisch- oder Pflanzenkost“ geben, da es noch an Versuchen in dieser Richtung fehle; er selbst theile vollständig unsere Meinung; dass die gegenwärtig gebräuchliche Ernährungsart, die auf immer neue Reize basirt sei, im Interesse der Menschheit unbedingt zu verwerfen wäre, ja er führte, um seine eigenen Worte zu gebrauchen, an, „dass er alle Tage mit einer gewissen Angst der Ankündigung von Speisen entgegensehe, die ausschliesslich auf den

Genuss, d. h. auf die Geschmacksnerven berechnet wären, ohne den Magen zu beschweren.

In eingehender Weise sprach er über den gegenwärtigen Stand der Physiologie, zeigte uns mit der grössten Zuvorkommenheit und in der lebenswürdigsten Weise eine Reihe hochinteressanter Versuche und versprach auch demnächst an einem Hunde einen Versuch mit Grahambrot anzustellen. Schliesslich lud er uns ein, ihn wieder zu besuchen und forderte uns auf **fort und fort für unsere Ideen tüchtig Propaganda zu machen**, um die Angelegenheit im Flusse zu erhalten, vielleicht gelänge es ihm dann, von der Sächsischen Regierung die Mittel zu erhalten, um einen von ihm schon längst vorgelegten Plan: „Die Errichtung einer Versuchsstation mit Menschen“, die dann auch eine unparteiische, streng wissenschaftliche Prüfung unserer Grundsätze zulasse, realisiren zu können. Er werde dann, sobald die genannte Einrichtung getroffen, nicht säumen, mit unserer Frage sich eingehend zu beschäftigen.

Unter Abstattung herzlichen Dankes nahmen wir hierauf von dem freundlichen Gelehrten Abschied, als Frucht dieser anregenden Stunde die angenehme Gewissheit mit uns nehmend, dass auch eine streng wissenschaftliche Prüfung unserer Ziele vom Standpunkt der Physiologie aus in guten Händen ruhe.

In gleich angenehmer Weise wurde mein zweiter Besuch, den ich mit Herrn Rosenthal aus Nordhausen bei Herrn Dr. W. Zimmermann, Director der kaufmännischen Fortbildungsschule zu Leipzig, machte, die Ursache, einen Umschwung in einer Ansicht hervorzubringen, die, soviel ich weiss, auch ausser mir stark verbreitet ist. Viele Gesinnungsgenossen kennen jedenfalls, — und wenn dies nicht der Fall ist, so mögen sie sich im eigensten Interesse beeilen, es kennen zu lernen — das vortreffliche Buch: „Der Weg zum Paradies“ von W. Zimmermann; dasselbe enthält für alle Gebiete und Seiten des Menschenlebens eine Fülle neuer, prächtiger Ideen und ist einer der beredtesten und packendsten Vertheidiger unserer Lebensweise. Was dieses Buch, das, soviel mir bekannt ist, nach Struves Mandaras, das zweite Werk in deutscher Sprache war, welches in überzeugender Weise für den Vegetarianismus eintrat, ganz besonders werthvoll macht, ist die Ueberzeugungstreue, die sich in demselben ausspricht, die Begeisterung für Menschenglück und Menschenwohl, die dasselbe durchweht, und seine Diction, der man es anmerkt, das ganze Werk ist das Product eines übervollen, edelen, für alles Gute und Schöne begeisterten jugendlichen Herzens; um so unangenehmer

hat es mich daher immer berührt, wenn ich von älteren Gesinnungsgenossen erfuhr, der Verfasser desselben bekenne sich in keiner Weise mehr zu jenen Ideen, wolle von dem ganzen Buche nichts mehr wissen und habe es als eine Jugendschwärmerei und Thorheit bezeichnet. Ich weiss nicht, ob es andern auch so geht, mir war es immer unmöglich zu glauben, dass man so prächtigen Ideen und Gedanken, wenn sie auch in der Jugend ausgesprochen werden, wo einem die Welt noch rosig entgegenlacht, später absichtlich gänzlich den Rücken kehren könne. Um den Zwiespalt, der durch die Berichte und meine Anschauungen entstanden, nun ein für alle Male zu heben, beschloss ich, Director Dr. Zimmermann selbst aufzusuchen und mir von ihm selbst seine Ansicht zu erbitten.

Mein Gesuch, ihm einen Besuch machen zu dürfen, wurde freundlichst gewährt, und Freund Rosenthal und meine Wenigkeit hatten, wie schon gesagt, am 4. October das Vergnügen, die Bekanntschaft Dr. Zimmermann's zu machen. Wir wurden in der freundlichsten Weise aufgenommen und auf meine Frage theilte Dr. Zimmermann seine vegetariarischen Erfahrungen mit, die viel Interessantes boten; ganz neu war mir die Angabe, dass neben Struve und ihm auch Gottfried Kinkel damals vegetariarisch gelebt habe. Dass er von der ganzen Sache nichts mehr wissen wolle, stellte er entschieden in Abrede, noch heute halte er jene Ideen für allein richtig und erkenne die vorzüglichen Erfolge der vegetariarischen Lebensweise, die er jahrelang erprobt, an; dass er später von einer practischen Bethätigung seiner theoretischen Grundsätze habe absehen müssen, habe, wie er uns offen mittheilte, an der socialen Lage, in die er wegen der in seinem Buche ausgesprochenen Ideen durch Verfolgung und Chicanen der Regierung gerathen sei, und daran gelegen, dass seine Gattin bei seiner Verheirathung für seine Ideen wenig oder gar nicht empfänglich gewesen wäre etc. etc., so sei er im Laufe der Zeit durch andere Interessen und durch seinen Beruf zwar practisch von dem Kampf für Ausbreitung der vegetariarischen Lebensweise abgekommen, halte sie aber noch in diesem Augenblicke im Principe für die einzig richtige und naturgemässe Lebens- und Nährweise. Mit grossem Interesse schien er immer noch von der Ausbreitung des auch von ihm mitgestreuten Samiens zu hören, und indem er uns bei unserem Streben Glück und Erfolg wünschte, verabschiedeten wir uns.

So läuterten diese beiden Besuche wesentlich meine Anschauung und wenn ich dieses Resultat hiermit der Oeffentlichkeit

übergebe, so geschieht dies, weil ich glaube, dass dasselbe auch für weitere Kreise nicht ganz ohne Interesse ist. Möchte ich mich bei dieser Annahme nicht getäuscht haben!

Gohlis bei Leipzig, im October 1871.
Carl Thilo, Cand. phil.

Zur Beachtung!!

Unter den Schriften, welche über die naturgemässe Lebensweise, namentlich über die Pflanzendiät, erschienen sind, verdient das berühmte französische Werk „Thalysie“ eine ganz besondere Beachtung. Dasselbe betrachtet den Gegenstand, welcher das Wohl und das Glück der Menschheit zum Zweck hat, nicht bloss aus diätetischem Gesichtspunkte, sondern giebt auch eine Geschichte der Pflanzendiät seit der ältesten bis auf die neueste Zeit und ausserdem eine wissenschaftliche Beleuchtung der Bezüge, welche unter den drei Reichen der Natur herrschen, eine Art neuer Naturphilosophie, welche dem Menschen seine erhabene Stellung in der Schöpfung klar macht. Ohne in das unhaltbare Phrasenwerk der Optimisten zu verfallen, welche stets von der besten der Welten sprechen und dabei das sichtbare Princip des Bösen und der Vernichtung unerklärt lassen, — eben so wenig der niederdrückenden Anschauung der Pessimisten huldigend, die nur Tod und Zerstörung in der Schöpfung erblicken, — giebt uns der geniale Verfasser eine Aufklärung über das grosse Geheimniss der Natur, die ein unvermuthetes Licht in unserem Geiste entzündet und uns das verleiht, was wir bisher in den gelehrten Schriften der Naturkundigen wie der Philosophen vergebens suchten: das Gefühl des Seelenfriedens, eine Aussöhnung mit den anscheinend widerstrebenden Principien in der Schöpfung, eine Erkenntniss der in der Weltregierung vorwaltenden Liebe und die Hoffnung auf die dereinstige unumschränkte Herrschaft dieser Liebe und Weisheit.

Am grossartigsten behandelt aber der Verfasser der Thalysie die Pflanzendiät von der moralischen Seite aufgefasst, und weist unwiderleglich nach, dass mit ihrer allgemein gewordenen Geltung zugleich eine neue Weltordnung entstehen würde; ja, er ist nicht hochmüthig oder unbescheiden, wenn er mit vollem Rechte von sich selber sagt, dass er der Erste ist,*) welcher die Frage ex professo behandelt und die

*) in neuerer Zeit. Ueber die Alten vergleiche man meine Uebersetzung von Porphyrius: Apoche. Die Red.

Pflanzennahrung obligatorisch macht, was weder die Inder noch Pythagoras und seine Schüler, noch die egyptischen Weisen gethan haben.

Die Thalysie ist den Lesern des Vereinsblattes für naturgemässe Lebensweise gewiss dem Namen nach nicht unbekannt.**) Struve nennt das Werk mit Begeisterung ein Evangelium der Menschheit; Baltzer in seiner naturgemässen Lebensweise erwähnt desselben rühmlichst; in den Vereinen der sogenannten Vegetarianer ist vielfach der Wunsch ausgesprochen worden, dies Werk in deutscher Sprache zu besitzen.

Der unterzeichnete Schriftsteller ist diesem Wunsche insofern nachgekommen, als er nicht eine Uebersetzung sondern eine Bearbeitung des Werkes — die bei der mangelhaften Anordnung des Materials im Original nothwendig ist — unter die Feder genommen hat. Es bewog ihn dazu nicht allein jenes ausgesprochene Bedürfniss eines sehr kleinen Theils des Publikums, sondern vorzugsweise der eigene Wunsch, die deutsche wissenschaftliche Literatur um ein ausgezeichnetes Werk zu bereichern, und zugleich einen Baustein beizusteuern zu dem erhabenen Tempel, in welchem dereinst ein beglücktes Menschengeschlecht seinen Cultus verrichten soll.

Das Werk wird in schöner Ausstattung im Selbstverlage des Unterzeichneten, und voraussichtlich in ca. 12 Lieferungen à 3 Bogen erscheinen.

Da das Werk aber leider noch zu den Perlen gehört, die — nach dem Ausspruche eines indischen Weisen — vor die Krokodile (nach Matth. 5,23 vor die Säue) fallen und der Uebersetzer des Erfolges seines Unternehmens einigermaassen gewiss sein und zugleich den Preis der Lieferungen so billig wie möglich (etwa auf 5 Sgr.) stellen möchte, so werden diejenigen der geehrten Leser des Vereinsblattes, welche dem Unternehmen durch ihre Subscription förderlich sein wollen, hiermit ersucht, ihre Meldung baldigst franco dem Unterzeichneten einzusenden.

Berlin, den 18. October 1871.

Robert Springer, Literat,
Berlin, Simernstrasse 4.

Nachschrift der Redaction. Da wir es hier mit einem bewährten Schriftsteller zu thun haben, können wir uns über das Unternehmen gewiss nur freuen, und haben alle Ursache, es nach Kräften zu unterstützen. Gelegentlich mir mit zugehende Aufträge werde ich gern an obige Adresse befördern.

E. Baltzer.

*) Vergl. Vereinsbl. S. 1, 57, 161 u. m. a. Die Red.

Bezugnehmend auf meine Empfehlung in No. 32 S. 525 des Jahrg. IV. des Vereinsblattes theile ich für Reisende mit, dass Herr Claus, Besitzer des angenehm gelegenen Bergschlösschens bei Zwenkau (Königr. Sachsen) bei meiner Anwesenheit sich bereit erklärt hat, auf Verlangen vegetarianischen Mittagstisch zu serviren. Bei einem mehrtägigen Aufenthalte wurde mir Alles zu bescheidenen Preisen vorzüglich gut geliefert und wird derselbe auch in Zukunft, nachdem ich ihm Baltzer's Kochbuch übermittle, in gleicher Weise bestrebt sein, meine Gesinnungsgenossen zufrieden zu stellen.

Gohlis, October 1871.

C. Thilo, cand. phil.

Obst-Versandt. Birnen bester Art pr. 100 Stück 1, 2—3 Thlr., pr. 100 Pfd. 6—8 Thlr., Aepfel, Zwetschen täglich zu beziehen bei F. Wagner, Obst- u. Weintrauben-Versandt-Anstalt, Dürkheim a. H. Das Erhaltene gut und zu empfehlen. Th.

Obst. M. A. Bayerlein, Bamberg, offerirt Brunellen, Kirschen, Aepfel, Birnen etc. **Mannheim**, 28. October. Hier constituirte sich ein vegetarianischer Lokalverein.

Die in voriger Nummer empfohlene Preisselbeeren des Herrn Carl Rockstroh in Redwitz, Fichtelgebirge, kann ich nach gemachter Probe als vorzüglich bestätigen. Versandt in jedem Quantum, der Ctr. 7 Fl. excl. Fassung. E. Baltzer.

Gesuch. Ein junger Arzt in der deutschen Schweiz, Protestant, wünscht mit einer Dame, die geeignet sei seine Lebensgefährtin zu werden, in discrete Correspondenz zu treten. Wesentlich gleiche Ueberzeugungen, namentlich in Bezug auf Vegetarianismus, sind Voraussetzung. Zur discreten ersten Vermittelung ist bereit d. Red.

Gesuch. Für meinen Knaben Oscar, der Schule entlassen, mit den gewöhnlichen Elementarkenntnissen versehen, suche ich in einer vegetarianischen Familie zu seiner ferneren Ausbildung eine andere, edlere und sittlichere Beschäftigung als die meinige. Zuschriften an August Kruhl, Weissgerber in Parchwitz (Schlesien).

Bericht

des Vorstandes des deutschen Vereins für naturgemässe Lebensweise für das Geschäftsjahr 1870/71.

Da der diesjährige Vereinstag leider ausgefallen ist, so halten wir uns verpflichtet, in Nachstehendem über die Lage unserer Sache, die Thätigkeit des Vereinsvorstandes, sowie über die Kassenverhältnisse von der Uebernahme unseres Amtes bis zum 1. August 1871 Bericht zu erstatten.

Die Zahl der Mitglieder ist während des angegebenen Zeitraumes von mehr als einem Jahre nicht bedeutend gestiegen; es hat dies seinen Grund in den politischen Verhältnissen, welche die öffentliche Aufmerksamkeit so sehr in Anspruch nahmen, dass für anders geartete Dinge wenig Zeit übrig blieb. Nach dem Friedensschlusse jedoch sind in Folge der Anregungen einzelner eifriger Vegetarianer und des Vorstandes Lokalvereine gegründet, sowie neue Mitglieder und Brodproducenten in verhältnissmässig grosser Zahl gemeldet worden. Davon wird das neue Adressbuch Zeugnis ablegen, welches mit Nächstem erscheinen wird. Wir werden dasselbe allen Mitgliedern des Vereins, welche den Beitrag pro 1871/72 bereits eingesandt haben oder noch einsenden, gratis, Anderen gegen Uebermittlung von 2 Sgr. in Briefmarken portofrei per Post überschicken. Mit Ausnahme eines Mitgliedes ist uns Niemand bekannt, der unsern

Principien untreu geworden wäre, aber wir haben den Verlust einer unserer hervorragendsten, practisch für unsere Grundsätze wirkenden Genossinnen, Fräulein Thekla Naveau in Nordhausen, zu beklagen, welche der Pockenkrankheit erlegen ist; ihr Andenken werden wir treu bewahren.

Die Presse wie das Publikum haben die feindselige Haltung gegen uns aufgegeben, man ist toleranter geworden und verlacht und verhöhnt uns nicht mehr in so wegwerfender Weise; allein der rechte Ernst und ein wahres Verständniss für die Bedeutung der vegetarianischen Diät und Lebensweise ist noch nicht vorhanden. Als die wirksamsten Mittel für Verbreitung unserer Grundsätze hat der Vorstand den Vereinsmitgliedern empfohlen: Notizen in der Presse, wo solche zugänglich ist, Verbreitung von Flugschriften und Broschüren, öffentliche Versammlungen mit Vortrag und darauf folgenden Discussionen, sowie mit Benutzung eines Fragekastens, Gründung von Lokalvereinen, Bibliotheken, Errichtung von Brodniederlagen, Benutzung der bestehenden geselligen und Bildungsvereine behufs Anregung der Debatten über Nahrungs- und Genussmittel, Kleidung, Wohnung, Ventilation, Luft, Desinfection, Be- und Entwässerung u. dgl.

Erfreulich ist es, berichten zu können, dass eine grosse Anzahl von Gesinnungsgenossen in letzter Zeit, wo die Aufmerksamkeit sich wieder friedlichen Dingen zugewandt hat, recht thätig gewesen ist; wie wir überhaupt bestätigen müssen, dass auch während der kriegerischen Aufregung unsere Mitglieder einen so lebhaften Briefwechsel mit uns gepflogen haben, dass wir manchmal die Correspondenz kaum bewältigen konnten.*)

Wir haben an sämmtliche Vegetarianer einen Fragebogen ausgehen lassen; mit Vergnügen haben wir die mit grosser Vollständigkeit gegebenen Antworten gelesen und uns gern der mühevollen Arbeit unterzogen, aus denselben das mit vielem Beifall aufgenommene und rasch vergriffene Adressbuch und eine Statistik zusammen zu stellen. Das Vereinsblatt von Herrn Baltzer ebenso der Naturarzt von Herrn Wolbold dienen uns als Organe für innere Anzeigen und ist es im Interesse des Verkehrs unter einander wie in Rücksicht auf den mannichfachen belehrenden Inhalt wünschenswerth, dass die genannten Zeitschriften in jedem vegetarianischen Haushalte, vor Allem in jeder Vereinsbibliothek gehalten werden. Man wird durch dieselben in der Ueberzeugung befestigt, dass der Vegetarianismus nicht blos die Nahrungsweise bestimmt; er ordnet die ganze Lebensweise, das Maass der Arbeit, der Bewegung, der Wohnung u. s. w.

Zu unseren Kassenverhältnissen übergehend, constatiren wir, dass die Beiträge, trotzdem der neue § 5 des Statuts die Höhe nicht fixirt, zum allergrössten Theile in der früheren Höhe — 1 Thlr. pro anno — eingesandt worden sind. Wie Eingangs bemerkt haben wir, da wir noch im Juli an das Zustandekommen eines Congresses glaubten, das Vereinsjahr bis zum 1. August 1871 angenommen. Es betragen

I. Die Einnahmen.

| | | | | | | |
|--|-----|-------|----|------|----|-----|
| Cassenbestand am 9. Juni 1870 | 173 | Thlr. | 18 | Sgr. | 9 | Pf. |
| Zinsen hiervon bis 1. September 1870 | 2 | „ | 7 | „ | 6 | „ |
| Beiträge der Mitglieder | 222 | „ | 24 | „ | 11 | „ |
| Geschenke | 2 | „ | — | „ | — | „ |
| Erlös aus dem Adressbuch | 8 | „ | 4 | „ | — | „ |
| Zinsen der Capitalien | 5 | „ | 12 | „ | 6 | „ |
| Summa | 414 | Thlr. | 7 | Sgr. | 8 | Pf. |

*) Wir müssen daher um Entschuldigung bitten, wenn ab und zu eine Antwort etwas verspätet angekommen ist oder wenn die gegebenen Aufträge entweder gar nicht oder nur unvollständig erfüllt worden sind.

II. Die Ausgaben.

| | | | | | | |
|---|-----|-------|----|------|----|-----|
| Kosten für den Congress von 1870 | 12 | Thlr. | 14 | Sgr. | — | Pf. |
| Druck der Legitimationskarten | 3 | „ | 10 | „ | — | „ |
| Druck des Fragebogens | 10 | „ | 20 | „ | — | „ |
| Druck des Adressbuches | 18 | „ | 14 | „ | 3 | „ |
| Broschürung und Versendung desselben | 5 | „ | 22 | „ | — | „ |
| Druck der Statistik | 14 | „ | 10 | „ | — | „ |
| Beilegung derselben im Naturarzt | 1 | „ | — | „ | — | „ |
| Portoauslagen des Vorstandes | 21 | „ | 11 | „ | 10 | „ |
| Inserate im Vereinsblatt | 1 | „ | 19 | „ | — | „ |
| Album für Herrn Hahn in Mexico | 8 | „ | 13 | „ | — | „ |
| Angelegte Capitalien: | | | | | | |
| Eine Preuss. Staatsanleihe über 100 Thlr. à 4½% | 82 | „ | 16 | „ | — | „ |
| Eine deutsche Bundesanleihe über 100 Thlr. à 5% | 96 | „ | 12 | „ | — | „ |
| Ein Sparkassen-Buch | 105 | „ | 20 | „ | — | „ |

Summa 382 Thlr. 2 Sgr. 1 Pf.

Das Vereinsvermögen bestand hiernach am 1. August 1871 aus 32 Thlr. 5 Sgr. 7 Pf. baar, aus einer Preuss. Staatsanleihe über 100 Thlr., aus einer Bundesanleihe über 100 Thlr. und aus einem Sparkassenbuch über 105 Thlr. 20 Sgr.

Wir ersuchen unsere Mitglieder, auch in dem neuen Vereinsjahre ihre Beiträge uns reichlich zufließen zu lassen; wir bedürfen ihrer zu mehreren Unternehmungen im Interesse unseres Vereins, von denen zu hoffen, dass sie den Beifall unserer Genossen finden werden.

Berlin, den 1. October 1871.

Der Vorstand des deutschen Vereins für naturgemässe Lebensweise.

L. May, Prof. Dr. Baron, Dr. Nauhaus,
Linienstrasse 233. Louisenstrasse 53. Charitéstrasse 4.*)

*) Derselbe wohnt von jetzt ab in Nordhausen.

Musonius, ein (vegetarianisches) Characterbild aus der römischen Kaiserzeit, von Ed. Baltzer, 6 Sgr.

Der Vegetarianismus im christlichen Mönchthum, von A. Reichenbach, 3 Sgr.

Das Vereinsblatt, 4. Jahrgang (Nr. 31—40), à 20 Sgr., einzelne Nummern à 2 Sgr., können von mir bezogen werden. Ed. Baltzer.

Briefkasten. Hrn. G.-D. H. in T. Abdruck von Aufsätzen aus dem Vereinsblatt in Zeitschriften jeder Art sind jedermann gestattet und weil der Sache förderlich, mir und gewiss allen Verfassern willkommen. — An X. Sie schreiben: „Der „Neuen Preussischen Zeitung“ schreibt man aus der Neumark im September: „Giebt es denn gar keinen Schutz gegen die Trichinen?“ Es ist in unserem Orte ein so entsetzlicher Fall vorgekommen, dass er die volle Aufmerksamkeit der Behörden verdiente. Zwei junge Damen, Schwestern im Alter von 23 und 19 Jahren, erstere Mutter zweier Kinder, letztere Braut und zum Besuch bei ihrer Schwester anwesend, sind nach kurzer Krankheit fast an demselben Tage an der Trichinose gestorben. Ein reiches Familienglück ist zu Grunde gegangen. Die alten schwergeprüften Eltern dieser beiden Schwestern, deren Sohn erst vor einem Jahre als Offizier bei Mars la Tour fiel, sind mit einem Schlage kinderlos geworden, die glücklichste Ehe ist zerstört, zwei Kinder sind in frühester Jugend ihrer Mutter beraubt und die Hoffnung eines glücklichen Brautstandes ist zertrümmert.“ Hier ist nur augenfälliger, was in Millionen anderen Fällen versteckter wuchert! Es giebt nur ein Radicalmittel! unsere natürliche Lebensweise!

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).

Jahrgang IV.

Nr. 31—40.

N^o 35.

Nordhausen, den 13. December.

1871.

Rerum naturam peragranti nunquam in fastidium veritas veniet; falsa satiabunt.

Wer die Natur forschend durchwandelt, dem wird die Wahrheit nie zum Ueberdruß; nur das Falsche übersättigt. Senec. ep. 78.

Menschenkunde und Heilwissenschaft.

„...und hoffentlich wird auch die Zeit kommen, wo das Publikum begreifen wird, dass derjenige der beste Arzt ist, welcher bei acuten Krankheiten, auf deren Wesen und Natur wir doch nicht einzuwirken im Stande sind, sich des Arzneiverschreibens enthält, bis ein bestimmter Grund ihn dazu auffordert.“*)

Ich stelle diesen Satz an die Spitze nicht etwa, als solle sein Inhalt wie eine frisch entdeckte Wahrheit oder wie eine verwegene Zukunftshypothese uns überraschen, sondern weil meines Wissens Prof. Lebert als klinisch-medicinische Autorität der erste ist, welcher im medicinischen Hörsaale einer deutschen Universität den vernunftmässigen, fertigen Zukunftsstandpunkt der Heilkunde so offen verkündet und kennzeichnet.

Lebert stützt seinen Ausspruch auf sein „Material“, d. h. auf Beobachtungen am Krankenbett, auf Parallelreihen sowohl eingreifender als abwartender, d. h. diätetisch-hygienischer Behandlung. Er hat z. B. seit einem Jahre über vierzig Fälle von Lungenentzündung

zum grossen Theil ganz abwartend behandelt und die Ueberzeugung gewonnen: „dass auch das subjective Wohlbefinden der Kranken meist im umgekehrten Verhältniss zum energischen arzneilichen Einschreiten steht.“

Nachdem Lebert nicht nur die Blutentziehungen, sondern auch die „Medicamente“, denen bis auf den heutigen Tag die Aerzte glänzende Heilerfolge zugeschrieben, und denen sie ihren Ruf zu verdanken sich einbilden, kritisch beleuchtet hat, hält er es für „unnütz, noch so manche andere als vorübergehend gerühmte Methode arzneilicher Krankenbehandlung zu besprechen, da wir keine Mittel und keine Methode besitzen, welche (auf den Krankheitsprozess) direct und specifisch heilend einzuwirken im Stande wäre.“

Diese Thesen, welche an Klarheit und Bestimmtheit nichts zu wünschen übrig lassen, zeigen uns hinter den Coulissen die grosse wohlthätige Reform, welche in der Heilkunde sich vollzogen hat. So oft sonst in der Heilwissenschaft alte, morsche Systeme zusammenbrachen, und neue nicht minder wuchtige emporwucherten, gab es heissen literarischen Kampf ums Dasein zwischen den Vertretern der herrschenden Schulen, so z. B. zwischen dem Vampirismus der Aderlasslancette und

*) Berl. klinische Wochenschrift, Organ für practische Aerzte, 1871 Nr. 40, Vorträge nach. Geh. Med.-Rath Prof. Dr. Lebert, Director der medicinischen Klinik zu Breslau.

dem homöopathischen Systeme Hahnemann's. Kampflös dagegen tritt in unserm Jahrzehnt die Naturheilkunde am Krankenbett die ihr gebührende Alleinherrschaft an!

Aber während Geh.-Rath Lebert und mit ihm viele klinische Professoren der Neuzeit es für das Gerathenste halten, selbst in den schwersten Krankheiten meist gar keine eingreifende Arznei zu verschreiben, verhehlt dieser klinische Professor es sich nicht, „dass die Vorurtheile der Kranken und ihrer Umgebung dies bis jetzt noch immer nicht zulassen.“ „Gegenwärtig, sagt Lebert ganz (? d. R.) richtig, ist der abwartend behandelnde Arzt noch genöthigt, bei einer dem Laien so ernst und schwer aussehenden Krankheit ausser den hygienischen Anordnungen Arznei zu reichen. Diese sei alsdann aber so indifferent wie möglich.“ Prof. Lebert verordnet von diesem Gesichtspunkte aus bald eine verzuckerte Gummilösung, bald eine unschuldige verdünnte und mit Syrup gefärbte Säure. Dabei erspart er dem Kranken, wie er treffend bemerkt, nebenbei die vorübergehende Arzneikrankheit. Reines und gutes Trinkwasser und reichliche Zufuhr frischer Luft sind heute bereits die Hauptmittel, welche in den Krankenhäusern der Universitäten den Heilapparat der schwersten Krankheiten vervollständigen.

Wie dieses neue natur- und vernunftmässige Heilverfahren im Verhältniss zu den alten maasslos eingreifenden und sich überstürzenden Behandlungsweisen — die günstigsten Heilerfolge erzielt, darüber wird einzig die unerbittliche vergleichende Statistik mit Ziffern richten.

„Die Versuchung liegt nahe, sagt der vielerfahrene klinische Lehrer, zu glauben, dass es, wenn auch ausnahmsweise, gelingen könnte, durch ein rasches energisches Eingreifen die Krankheit im Anfange abzukürzen.“

Er gesteht, früher es selbst geglaubt zu haben, später aber habe er beob-

achtet, dass auch bei reiner abwartender Behandlung acute Krankheiten schon am 3. oder 4. Tage abfielen. Geh. Rath Lebert fährt dann fort: „... und sowie ich schon im Jahre 1857 den Satz aufstellen konnte, dass von den Typhusfällen eine nicht geringe Zahl einen abgekürzten Verlauf hat, aber keine Behandlungsweise im Stande ist, diese glückliche Wendung zu erzwingen, so spreche ich heute den gleichen Satz für alle acuten Krankheiten aus.“

Diesen reformatorischen Bewegungen gegenüber muss die bevorstehende Herausgabe der vielfach vermehrten und — verbesserten (?) Ausgabe einer Pharmacopoe des deutschen Reiches als Anachronismus erscheinen.

Ich bedauere lebhaft, dass gerade der Name des Geh. Med.-Rath Lebert es sein musste, der mir so gelegen in den Wurf kam, dass ich ihn als wissenschaftliche Autorität hier zum unfreiwilligen Mitarbeiter machen musste. Vorläufig ist ja dem Gedankengang des Publikums nur durch Autoritätsglauben beizukommen. Dr. med. X.

Zum Schutze gegen Krankheiten (Micrococcen.)

β. Wenn wir eine Krankheit beseitigen wollen, so ist die erste Bedingung dazu die, dass wir die Ursachen der Krankheit kennen und den krankmachenden Faktor aus der Rechnung entfernen. In vielen Fällen ist, wie die heutige Therapie uns lehrt, eine Entfernung der Krankheitsursachen unmöglich, man hat daher zur methodus exspectativa seine Zuflucht genommen und das Heilverfahren besteht in solchen Fällen nur in symptomatischen Kunstgriffen. Ganz ohne eigentliche physiologisch-pathologische Begründung standen bislang die acuten und andere Exantheme, die Infektionskrankheiten etc. da. Zwar hatte man in allen diesen Fällen ein Contagium vorausgesetzt, aber welcher Art dieses Contagium

sei, über das Wesen desselben tappte man noch gänzlich im Finstern. Die Erkenntniss dieses in der Gesamtmedizin, und der öffentlichen Hygiene so wichtigen Punktes ist eine Errungenschaft der Neuzeit. Durch die ebenso mühevollen, als sorgsam ausgeführten Untersuchungen des Herrn Prof. Dr. E. Hallier, Professor der Botanik in Jena, ist es als sicher festgestellt, dass das Contagium aus parasitischen Organismen besteht, die in den Körper einwandern und durch ihre massenhafte Vermehrung den normalen Zustand zu einem pathologischen machen, d. h. Krankheit erzeugen. Diese pflanzlichen Organismen sind Pilze, welche je nach den Verhältnissen in denen sie leben, nach Analogie des thierischen Generationswechsels, sich verändern und dadurch den Botanikern Veranlassung gaben, verschiedene Species aufzustellen. Alle diese früher specialisirten Formen sind aber Erscheinungsweisen (Morphen) einer oder mehrerer Grund-Formen. Es würde hier natürlich zu weit führen, wollten wir die Entwicklung dieser Parasiten in ihren Einzelheiten verfolgen, doch behalten wir uns das für später vor. Eine andere Frage, welche uns hier dagegen interessiren wird, ist die, auf welche Weise diese kleinsten parasitischen Pflanzenorganismen (Micrococcen (Hallier), Microcymen (Béchamp) genannt) Krankheits erregend auf den Organismus wirken können. Hier aber stossen wir schon auf ziemliche Widersprüche unter den Forschern. Nach Halliers Ansicht hat jede Infektionskrankheit ihren specifischen Pilz und er sucht das durch seine Untersuchungen über die aus verschiedenen Krankheitsprodukten (cultivirten) Pilze zu beweisen, welche allerdings die mannichfaltigsten Formen zeigen. Unabhängig von Halliers Beobachtungen kam auch J. H. Salisbury (microscop. Examinations of Blood and Vegetations found in Variola, Vaccina and Typhoid Fever. New-York 1868)

zu derselben Auffassung der Sache: daher seine Bezeichnungen *Jos variolosa* für den Blatternpilz, *Biolysis typhoides* für den Typhuspilz.

Barbaglia, dem sich vielleicht auch Virchow anschliesst, hält die Micrococcen für im Körper für gifterzeugend. Dieselben sollen als krankmachende Fermente in den Körper einwandern, das Blut durch Gährung verändern und auf diese Weise auf den Organismus resp. das Nervensystem einwirken und die den Krankheiten entsprechenden Reaktionen hervorrufen.

Nach einer anderen Ansicht wird die Infection als ein complicirter Process aufgefasst bei dem zwar die Micrococcen eine Rolle spielen, aber auch die Eigenschaften des inficirten Organismus, die normalen wie pathologischen kommen in Betracht. Auf diese Ansicht kommen wir noch zurück. Eine andere Ansicht hat Béchamp und Lemaire ausgesprochen. Nach ihnen sind die Micrococcen ebensowohl wie der Organismus zu Krankheiten geneigt, resp. können erkranken und diese erkrankten Microcymen theilen dann diese Krankheit dem gesunden Organismus mit. Und mit diesen verwandt ist endlich die Ansicht, dass die „habituellen Micrococcen des gesunden Organismus von demselben besonders zerstört werden, so lange er gesund ist, sobald er aber krank wird, trete die schädliche Einwirkung der Microcymen hervor“, welche Ansicht besonders Neumann vertritt. Es ist hier am Ende nicht der Ort und der Raum die grössere oder geringere Berechtigung dieser Ansichten zu prüfen, und so möge es dem Referent gestattet sein, seine Ansicht in Kürze vorzuführen.

Die Thatsache des allgemeinen Verbreiteteins der Micrococcen ist nicht zu leugnen. Alle Theile unseres Körpers, in sofern sie also denselben zugänglich werden, sind Angriffspunkte der Microcymen, so die äussere Haut, die Schleimhäute des Respirations- und Darmkanals, des Genitalsapparates.

Sind nun alle diese Stellen jener Angriffspunkte in normalen Zustände, und fallen Pilzsporen auf sie auf, so finden diese keine Gelegenheit sich festzusetzen und ihr Nährmaterial zu suchen. Die Platten der Epithelien liegen zu fest an einander, sind zu dicht mit den unterliegenden Schichten verbunden, als dass es den Micrococccen gelingen könnte, in sie einzudringen. Sie gehen daher ohne pathogen wirken zu können zu Grunde. Sind aber jene Gewebe pathologisch verändert, gelockert, ihres Epithels beraubt etc., so werden die Micrococccen mit Leichtigkeit sich „acclimatisiren“, so zu sagen, sich schnell und in grosser Zahl entwickeln und dann also den Zustand, der vielleicht eine geringe Dyskrasie war, zu einer heftigen acuten Krankheit entwickeln können. Also erste Bedingung: schlechte Säftebeschaffenheit, als zweite Bedingung: Vorhandensein von Micrococccen. Da nun bei einer natürlichen Lebensweise die Bedingungen dyskrasischer Zustände fast in Wegfall kommen, oder doch nur zufällig und vorübergehend auftreten, so ist voraus zu sehen, dass die Anhänger einer natürlichen Lebensweise weniger der Gefahr dieser Erkrankungen ausgesetzt sind und, dass alle solche Erkrankungsfälle, wenn sie überhaupt auftreten sollten, wegen der grösseren Resistenz, weit günstiger verlaufen. Solche Pilze, Pilzformen fand man nun bislang in folgenden Krankheiten: Wechsel- fieber, Typhus, Cholera, Ruhr, Pocken, Scharlach, Masern, Diphtheritis, Keuch- husten, Tuberkulose, Syphilis, bei schlechten Eiterungen, Schlangenbiss, Eczeme, Favus, Herpes und mehrere andere. Die Grenzen, welche der Raum des Blattes gewährt, fürchten wir zu überschreiten, wenn wir weiter darauf eingehen wollen, und so empfehlen wir denen, welche sich eingehender mit

dieser sehr interessanten Sache beschäftigen wollen, die sehr ausgedehnte Litteratur, vor allem die Zeitschrift für Parasitenkunde von Hallier und ferner die Schmidt'schen Jahrbücher: Band CXXXV. pag. 8. fl., CXL. pag. 101 fl., CLI. pag. 313 fl., in denen man auch vollständige Litteraturangaben findet. Zum Schluss bemerke ich noch, dass Halliers Zeitschrift für Parasiten, III. Band, Heft 2, einen Artikel von Hoffmann enthält, welcher von der Pilz- theorie ausgehend die Behandlung der acuten Exantheme bespricht und der Wasserbehandlung derselben das Wort redet.

Beitrag

zum geistigen Vegetarianismus.

Motto: Millionen sorgen, dass die Gat-
tung bestehe,
Aber in Wenigen nur pflanzt
die Menschheit sich fort.

„Die Kunst ist eine Tochter der Frei-
heit, und von der Nothwendigkeit der
Geister, nicht von der Nothdurft der
Materie will sie ihre Vorschrift empfan-
gen. Jetzt aber herrscht das
Bedürfniss und beugt die ge-
sunkene Menschheit unter sein
tyrannisches Joch. Der Nutzen
ist das grosse Idol der Zeit, dem
alle Kräfte fröhnen und alle Talente
huldigen sollen“....., so schrieb zu
Ende des vorigen Jahrhunderts einer
der grössten Geister unserer Nation.
Und er hat mit sicherer Hand die
Richtung bezeichnet, in welcher der
Zeitgeist auch des neunzehnten Jahr-
hunderts unaufhaltsam fortstrebt. Das
Bedürfniss und der Nutzen, welcher
Befriedigung desselben verheisst, sind
die grossen Hebel, welche die Gemüther
in Bewegung setzen.

Sie schufen Associationen der ver-
schiedensten Art, die — auf Theilung
der Arbeit berechnet — den Erwerb er-
leichtern. Die wissenschaftlichen Ver-
eine sowohl als auch die gewerblichen,
vermitteln den Austausch des Mein und

Dein. Aber all das berührt nicht den
Kern unseres Wesens, den inneren Ge-
halt, von dem unser Göthe sagt:

„Danke, dass die Günst der Musen
Unvergänglichliches verheisst:

Den Gehalt in Deinem Busen und die
Form in Deinem Geist.“

„Unvergänglichliches!“ Das Ewige! Das
Bleibende in unaufhörlichem Wechsel. —

Und wenn wir um 1800 Jahre zu-
rückgehen und die ehrwürdigen Urkun-
den fragen, die uns von jener grossen
Zeit berichten, so spricht dort eine
Stimme, der wir oft und gern gelauscht
haben: „Trachtet am ersten nach dem
Reiche Gottes und nach seiner Gerech-
tigkeit“ u. s. w. Worin also besteht
das Reich Gottes und wie erringen wir
uns den inneren Halt?

Die Wissenschaft sucht zu erklären,
wie alles wird und geworden ist; wir
selbst aber, jeder Einzelne von Neuem,
müssen uns die Frage vorlegen: was
uns frommt? Denn von ihrem Ver-
ständniss, von ihrer Beantwortung hängt
unsere Glückseligkeit ab. Doch was
ist Glückseligkeit? Ist sie vielleicht
der flüchtige Sinnenrausch? Die leichte
Gewährung unserer Wünsche? oder die
Möglichkeit, unsere Fertigkeiten zur
Geltung zu bringen? uns die Anerken-
nung unserer Mitmenschen zu erwerben?
Wohlbehagen und Selbstgefühl sind an
und für sich gar schön und wünschens-
werth, aber den innern Halt, die un-
zerstörbare Glückseligkeit, das „Reich
Gottes“ geben sie uns nicht, obwohl wir
uns eine Zeitlang darüber täuschen
können.

All das Sehnen der Jahrtausende,
die mancherlei phantastischen Träume
der Menschheit, sie suchen dies Eine!
Doch die da meinten, den Talisman,
den alleinseligmachenden, für alle Zei-
ten gefunden zu haben, sie geriethen
in die Irre — darüber belehrt uns die
Geschichte.

Wohin sollen wir uns nun wenden?
Die Verheissung haben wir, aber ver-
gebens warten wir auf die Erfüllung

von aussen her. Es bleibt uns nichts
andres übrig, als uns aufzuraffen und
anzufagen bei uns selbst: „Was soll
ich thun, damit ich selig werde?“ Und
die Antwort, die uns wurde, lautete:
„Folge Deiner Natur! erforsche sie so
gründlich als nur irgend möglich und
vervollkomme sie nach allen Seiten
hin aufs eifrigste: in diesem Streben
findest Du Deine Glückseligkeit, in ihm
Deinen inneren Halt!“

Glücklich, d. h. liebevoll und gut
sein, ist eine Kunst, die geübt sein will
wie jede andere; in Bezug auf sie vor
Allem gilt der oben angeführte Aus-
spruch Schillers. Wo der Egoismus
thront, kann sie nicht erblühen. Jener
thörichte Egoismus nämlich, der dem
Bedürfniss dient und dem Nutzen nach-
jagt und über der Erhaltung des phy-
sischen Lebens das Gedeihen und die
Entfaltung dessen vernachlässigt, was
uns zu Menschen macht.

Mehr als Mensch kann niemand wer-
den! Aber Menschen zu sein in der
herrlichsten Bedeutung dieses Wortes,
dazu haben wir den Beruf und die Pflicht.

„Sehet, welch' ein Mensch!“ Klang
es so nicht auch in jenen Tagen, als
die duldende Liebe rang unter des
Vorurtheils und des Wahnsinns Ränken,
als sie sich den Heiligenschein erwarb,
der bis in unsere und in alle Zeiten
leuchtet!? „Sehet, welch' ein Mensch!“

Der denkende, der rechte Freund der
natürlichen Lebensweise wird sich dar-
über klar sein, dass die diätetische
Reform, welche die Aussenwelt sieht,
nur eine nothwendige Folge der sittli-
chen Wiedergeburt in uns selber sein
soll. Wir versuchen auf unsere Weise
dem Zeitgeist ein „Memento“ zuzurufen.
Nicht weil wir annehmen, dass die
Pflanzenkost uns zu grösserer Sittlich-
keit disponirt, sind wir Vegetarianer,
sondern: weil wir die Pflanzenkost als
naturnothwendig und die Fleischkost
als naturwidrig begriffen haben, können
wir nicht anders als vegetarianisch
leben. Nur wer diesen Standpunkt

einnimmt, hat factisch ein Recht, sich einen Freund der natürlichen Lebensweise zu nennen. Wem dieser Kern fehlt, dessen Vegetarianismus beruht auf Selbsttäuschungen, aus denen uns die Feinde erwachsen, von welchen die vorige Nummer dieses Blattes redet.

Wir alle sitzen mit am sausenden Webstuhl der Zeit und weben der Gottheit unendliches Kleid. Lasst es uns mit Liebe weben, mit Liebe für alle unsere Mitgeschöpfe, auch für die Thiere, welche, da sie Empfindung haben wie wir, von einem freundlichen Gelehrten „unsere jüngeren Geschwister im Haushalt der Natur“ genannt werden. Diese allgegenwärtige Liebe sei unser höchster, unser reinster Egoismus; denn sie macht uns selig! sie vereint uns naturgemäss mit der ewigen Allwesenheit, deren schönste Offenbarung zu sein wir die Möglichkeit haben.

Der Mensch steht auf der Zinne alles Gewordenen; machen wir es uns heimisch auf unserer Höhe! Nicht in der Lust der Sinne, nicht in des Ruhmes vergänglichem Reize, noch im vernichtenden Trotze der Willkür liegt unsere Menschenwürde. Nur der denkende Geist im Verein mit dem warmfühlenden Herzen und den beherrschten Sinnen: Das ist die wahre Natur des Menschen in ihrer Vollendung; je mehr wir ihr nachleben — desto seliger sind wir. M.

Fortschritte raffinirtester Thierquälerei.

Es ist ein wunderbares Ding um die Menschenseele mit ihren göttlichen und mit ihren teuflischen Instinkten. Wenn man nicht, ganz abgesehen von den herrlichen Vorbildern der Menschheit, deren Wandel ganz Liebe und Güte, ganz Milde und Erbarmen gewesen, auch in der Masse einen Schatz von Edelsinn und Mitgefühl fände, so sollte man verzweifeln über den Abgrund von Grausamkeit, Bosheit und Niederträch-

tigkeit, welcher sich in einzelnen Menschenseelen offenbart. Ich brauche nicht an die Hexenprocesse, an die Folterkammern und andere eklatante Beispiele aus früherer Zeit zu erinnern, auch heutzutage kommen Beispiele genug vor von Menschen, die in Anderer Qualen ihre grösste Wollust finden und, wo solche teuflische Instinkte mit Feigheit gepaart sind, da wagen sie sich nicht an ihres gleichen, sondern finden ihre Befriedigung in der Qual der schutzlos preisgegebenen Thiere.

Einer der raffinirtesten, entsetzlichsten Thierquäler ist, den eigenen Mittheilungen zufolge, der Dr. med. Gustav Wertheim, Arzt an der k. k. Krankenanstalt „Rudolph-Stiftung“ in Wien. Ich habe bereits im Naturarzt 1869, Nr. 4 mitgetheilt, wie dieser Mensch unter dem Vorwande wissenschaftlicher Forschung eine grosse Anzahl Hunde lebendig gebraten und gesotten hat, und sich das Vergnügen gemacht, am Thermometer zu sehen, wie heiss so ein armes Vieh wird, wenn man es mit Terpentin begiesst und dann anzündet. Der Genius wahrer Wissenschaft muss sich schauernd abwenden, wenn solcher Frevel in seinem Namen geübt wird. — Darauf ist diesem Herrn Dr. Wertheim das Sengen und Brennen an lebendigen Thierleibern zum Ueberdross geworden und er hat dann die neue Qual erdacht, die Hunde in Kübeln mit Eis, das durch Zusatz von Säuern noch kälter und empfindlicher gemacht wird, und in anderen Mischungen von besonderer Kälte langsam erfrieren zu lassen. Wer nicht glaubt, dass so etwas möglich sei, der lese die Mittheilung des Mannes selbst im „Bericht der k. k. Krankenanstalt Rudolph-Stiftung in Wien vom Jahre 1869.“ (Seite 112 p. p.) Diese Jahresberichte erscheinen sehr spät, darum ist der Bericht von 1869 erst gegen Ende 1870 bekannt geworden.

Die ersten Hunde starben in dem Marterkasten unter „lebhaften Schmerz-

äusserungen“ in einer Kältemischung von 7 bis 10^o R. nach 4 bis 5 Stunden und war dies dem Herrn Doctor anscheinend ein zu eintöniges Vergnügen. Es wurden darum Variationen in's Werk gesetzt, z. B. andere Hunde nur einige Stunden in das Eis gepackt, vor dem gänzlichen Erfrieren herausgenommen und auf die Weise ihre Qual auf 6 Tage und länger verlängert; andern eine fest anliegende Schnauzenkappe von Kautschuk angelegt mit Röhren zum Aus- und Einathmen, angeblich um die Respirations-Gase zu untersuchen und wenn bei alle diesem Vergnügen die in dem Eiskasten festgebundenen Thiere so laut schriehen und heulten, dass es etwa die Nachbarschaft hätte beunruhigen können, so wurden sie durch eine schwache Chloroformirung beruhigt. Unter die zerschnittene Haut wurden dann den gemarterten Thieren Thermometer geschoben und so für die Wissenschaft das Resultat gewonnen, dass bei einem erfrierenden Thiere die Körperwärme abnimmt! Am Schlusse dankt der Dr. Wertheim dem Ministerialrathe Dr. Ulrich und dem Professor Klob für wohlwollende Unterstützung — diese Männer erscheinen demnach als Mitschuldige an Wertheims verbrecherischem Treiben.

An das hohe k. k. Ministerium des Innern zu Wien aber dürfte die Forderung zu richten sein, dass mit aller Strenge gegen den Missbrauch eingeschritten werde, Mittel zum Todmartern von Thieren zu verwenden, die für das Heilen erkrankter Menschen bestimmt sind — und einen Arzt abzusetzen, der durch jahrelang geübte raffinirte Grausamkeit bewiesen, dass ihm die Zierde des wahren Arztes, das Mitgefühl mit fremden Leiden, eine ganz unbekannte Regung sei. A. v. S.

George Stephenson.

In „George Stephenson“ der deutschen Jugend als Vorbild dargestellt

von Karl Hellfeld*) (Frankfurt a. M., S. Chr. Herrmann'sche Buchhandlung) finden wir einen Mann vorgeführt, der durch seine Thatkraft, seine Unermüdllichkeit, allen Hindernissen und Vorurtheilen zum Trotz, seine Erfindung, die Locomotive, zur Durchführung und allgemeinen Gebrauch gebracht hat. Gleich gross als Mechaniker und als Mensch im Umgange, ein scharfer Denker und riesenhaft und wahrhaft unermüdllich in körperlicher und geistiger Arbeit, ist es für uns Vegetarianer besonders merkwürdig, dass er in seiner Lebensweise fortwährend einfach und mässig blieb; ja sogar unser Grahambrod finden wir, wenn auch in anderer Form, bei ihm vertreten; so heisst es in obenerwähnter Biographie pag. 142 und 143: „„Am liebsten ass er ein „Crowdie“, eine Speise, die er in seiner Jugend sehr gern gegessen hatte, und welche selbst zu bereiten ihm vielen Spass machte. Ein Bedienter musste eine Schüssel mit heissem Wasser bringen, diese nahm er zwischen seine Kniee und schüttete mit der einen Hand Hafermehl hinein, während er mit der anderen Hand das Gemenge tüchtig umrührte. Damit war das Gericht fertig, welches Stephenson besonders dann für ausserordentlich wohlschmeckend anpries, wenn noch frische Milch [zugesetzt wurde.““

Wer sich überhaupt mit diesem wahrhaft eisernen Mann, der doch wieder einen so lebenswürdigen Character besass, bekannt machen möchte, dem können wir obiges Schriftchen nur empfehlen, und wir Vegetarianer, die wir fast immer mit bedeutenden Hindernissen und Vorurtheilen zu ringen haben, mögen sehen, was unermüdlische Ausdauer zu Wege bringt. Besonders interessant ist folgende Stelle, wo von dem Widerstand, den man im Allgemeinen gegen Stephenson's Werk, die Locomotive, legte, die Rede ist. Pag. 98 und 99: „„Solche

*) Ein kleines Buch, das in keiner Jugend- und Volksbibliothek fehlen sollte. D. Red.

und mehr dergleichen Einwendungen machten die Gelehrten, die erprobten Männer der Wissenschaft und Erfahrung. Aber nicht weniger ungünstig urtheilten die übrigen Zeugen, sie sprachen von dem unerträglichen Unfuge, der durch den ewigen Rauch und die Feuerfunken der Locomotive entstände, wie die Kohlen- und Eisenpreise im ganzen Lande steigen müssten“, und mehrere Zeilen weiter: „Was sollte aus allen denen werden, die Geld für Chausseen hergegeben, — was aus denen, die ferner wie ihre Vorfahren zu reisen wünschten, — was aus Sattlern und Kutschenfabrikanten, — aus Wagenbesitzern und Kutschern, Gastwirthen, Pferdezüchtern, Pferdehändlern? Wer das Heu und den Hafer kaufen werde, wenn es keine Pferde mehr gebe, denn diese sollten ja entbehrlich gemacht werden? Es werde der grösste Unfug, die vollständigste Störung der Ruhe und des körperlichen sowohl als des geistigen Wohlbefindens sein, welche der menschliche Scharfsinn bis jetzt zu erfinden vermocht habe.“ Es heisst dann weiter:

„Wir fühlen uns heute, nachdem wir uns von der totalen Nichtigkeit aller dieser Einwendungen durch die Erfahrung mehrerer Jahrzehende überzeugt haben, versucht, solche widersinnigen Behauptungen zu belachen — wir müssen uns aber in Gedanken in jene Zeiten versetzen, wir dürfen nicht vergessen, wie viele Versuche gelehrter und erfahrener Männer schon gescheitert waren, — wir müssen ferner bedenken, welche Mittel von allen Seiten, die ihre Interessen durch die Erfindung gefährdet glaubten, angewendet wurden, um Leute aufzustellen, welche man dafür bezahlte, dass sie gegen die Eisenbahnen und besonders gegen die Locomotiven aussagten, und so wird uns die höchst dauerliche Erscheinung erklärlich, dass nach zweimonatlichem Kampfe das Parlament seine Genehmigung versagte.“

Möchten wir Vegetarianer da nicht

ausrufen: „Alles wie bei uns!“ und eine spätere Generation wird sie nicht auch sagen können Pag. 125;

„Die berühmten wissenschaftlich gebildeten Ingenieure konnten es nicht dazu bringen, ruhig mit anzusehen, dass ein so gemeiner, ungebildeter Kohlenarbeiter (wie Stephenson früher war) nicht übertroffen werden könne. Sie gaben sich unendliche Mühe, das Stephenson'sche System entweder zu verdrängen, oder doch in irgend einer Weise zu verbessern.“ „Alles schon einmal dagewesen.“ C. A.

Versuche mit Menschen.

Dass der Herr Hofrath Professor Dr. Ludwig in Leipzig grosses Interesse für die naturgemässe Lebensweise ausgesprochen und mit Vegetarianern auf die liebenswürdigste Weise verkehrt, ist gewiss im höchsten Grade erfreulich. Unsere Sache kann nur gewinnen, je allseitiger und schärfer sie geprüft; und wenn Herr Professor Ludwig seine akademische „Versuchsstation mit Menschen“ fertig bekommt, so werden seine Arbeiten die gute Folge haben, die ganze wissenschaftliche Welt auf unsere Fragen hinweisen. Das will ich sicher nicht unterschätzen.

Die eigentliche Lösung praktischer Fragen kann aber niemals in derartigen Versuchsstationen allein erfolgen, sondern nur aus der Erfahrung von Jahrzehnten und später von ganzen Generationen abgeleitet werden. In der Versuchsstation wird z. B. die genaue Menge der Nahrungszufuhr, der Ausscheidungen, der Gewichtszunahme oder Abnahme des Körpers, tagelang, vielleicht wochenlang sorgfältig kontrollirt und danach exacte Tabellen angefertigt, das ist gewiss interessant — aber was kann man schliesslich für das Leben davon ableiten? Wie viel mehr Werth haben für das Leben die Erfahrungen, die jeder Einzelne während langer Perioden an sich selber macht — aber diese Werthe gehen ver-

loren, weil sie Niemand sammelt, Niemand sichtet, Niemand mit gleichen oder widersprechenden zusammenstellt.

Damit den Anfang zu machen, wäre eine würdige Aufgabe für unsern Verein, namentlich für dessen Vorstand. Was für einen Sinn hat denn der ganze weitläufige Kram mit den Fragebogen, wenn sie zu weiter Nichts dienen sollen, als eine alphabetische Namenliste zu machen, die man fast eben so gut auch aus dem Vereinsblatt zusammentragen könnte?

Wollen wir wirklich wissenschaftlich weiter kommen, so muss aus dem Fragebogen eine „Versuchsstation“ herausgeschält werden, welche ganz Deutschland umfasst und welche die genauesten Beobachtungen alle Jahr, vielleicht auch öfter zusammenstellt. Es ist damit nicht gesagt, dass Jeder dabei mitarbeiten soll ohne Ausnahme — es müsste eben der Vorstand die durchaus zuverlässigen Mitglieder aussuchen. Dabei scheint es mir aber weit weniger wichtig, festzustellen, ob der Einzelne schwerer oder leichter geworden u. dgl. m. — sondern ob er gesunder, kräftiger, fröhlicher geworden oder nicht. Das würde im Lauf der Jahrzehnte eine wichtige Reihe von Beobachtungen werden, die Keiner anfechten könnte.

Ich würde vorschlagen, auf diese Weise zunächst nur ganz bestimmten, praktischen Fragen näher zu treten, z. B. 1. Wie gedeihen Kinder bei Pflanzenkost a) mit Milch, Butter und Eiern, b) ohne dieselben?*) 2. Sind Kartoffeln gesunde Nahrung? ist Grahambrod besser als andere Brod-Sorten? und Aehnliches. 3. Sind bei Erwachsenen und Kindern überhaupt Krankheiten vorgekommen, und welche? Ist deren Verlauf abweichend oder übereinstimmend gewesen mit dem durch-

*) Wohl verstanden: ich will damit nicht zum Experimentiren an Kindern auffordern — sondern nur zur genauen Aufzeichnung der an eigenen und fremden Kindern, sowie so beobachteten Thatsachen und gemachten Erfahrungen.

schnittlichen Verlauf bei „gemischter Kost?“

Dieses letztere ist ein besonders wichtiger Punkt — wie er aber zu fassen, und ob überhaupt die beispielsweise gestellten Fragen die wichtigsten sind, das mag mehrseitig durchdacht und untersucht werden. — Wenn der Vorstand, oder ein einzelner Vegetarianer, der die Zeit und Kraft dazu hat, die Sache ausführen möchte, so würde gewiss Herr Professor Ludwig oder ein anderer wohlwollender Physiologe bereit sein, die wichtigsten Fragen präcis formuliren zu helfen und die eingehenden Antworten einer sachgemässen Kritik zu unterwerfen.

Ich habe nicht die Zeit, den Gedanken auszuführen, ich kann ihn nur anregen. Wollen wir aber wirklich weiter kommen, wollen wir ein Fundament gewinnen, worauf wir sicher fassen und worauf die Wissenschaft weiter bauen kann, so müssen wir systematisch zu Werke gehen — am liebsten Hand in Hand mit tüchtigen Vertretern der Wissenschaft. — Ohne solchen festen Plan drehen wir uns stets im Kreise, fangen immer von Neuem an und lassen Jeden sehen, wie er auf eigene Hand weiter kommt. A. v. S.

Der Handel mit Nähr- und Genussmitteln

wurde von unseren Vorfahren im Mittelalter streng überwacht und jede Verfälschung sowie jedes Ausbieten schlechter Waare mit harter Strafe geahndet, während heutzutage nur eine sehr unzulängliche oder gar keine Controlle darüber stattfindet, obgleich die diesbezüglichen Betrügereien jener Zeit nicht entfernt an den mit grösstem Raffinement betriebenen Schwindel unserer Tage heranreichen. Früh „mit dem Beginn des geschäftlichen Verkehrs, erzählt Jacob Falke („Strasse und Strassenleben im Mittelalter.“ Westermanns Mtsh. 1861 Nr. 58), waren auch die städtischen Polizeibeamten auf den

Beinen, welche dafür zu sorgen hatten, dass dem Bürger in keiner Weise ein Unrecht geschehe. Schon früh standen sie am Thore, um aufzupassen, dass die Fragner oder Zwischenhändler den Landleuten ihre Erzeugnisse nicht vorweg abkauften und dadurch die Preise steigerten. Für alles, was verkauft wurde, gab es eine Schau, Brotbeschauer, Fleisch- und Fischbeschauer u. s. w. Auch wanderte die Schau bei den Brotläden herum, die entweder im eigenen Hause der Bäcker waren, was in manchen Städten nicht gestattet wurde, oder in den Lauben, oder der Bequemlichkeiten halber an bestimmten Orten in der Stadt sich vertheilt fanden. Die Beschauer hatten das Recht, den etwaigen Betrug sofort zu bestrafen, und war ein Bäcker wohl mehrmals betrügerisch gefunden worden, so fassten ihn die Büttel und schleppten ihn unter dem Zudrange der neugierigen, schadenfrohen Menge zum Wasser und „schupften“ ihn, d. h. tauchten ihn zum öftern ein in den Fluss oder in eine Pfütze, was zu Zürich in einem Korbe an langer Stange geschah: „in der Schnelle“ nannte man das. Beim Fleischverkauf wurde darauf gesehen, dass das Fleisch gut sei, das Kalb alt genug, sonst wurde es ertränkt, dass das Gewicht richtig eingehalten werde und dergl. Manchem Brauer wurde sein schlechtes Bier, manchem Wirth sein kahniger Wein auf die Strasse ausgegossen, Verfälscher von Waaren oft grausam, selbst mit dem Leben bestraft, ihre Waare vernichtet oder „ohne Topf gekocht“, d. h. verbrannt. . . „So musste ein Jeder die öffentliche Untersuchung vor den Augen des Publicums über sich ergehen lassen.“ Wie nothwendig und wohlthätig wäre auch jetzt eine entsprechende umfassendere Schau, und wie Viele dürften da in Gefahr gerathen, in Strafe zu verfallen!

E. Thieme.

Das Salz in der Nahrung der Thiere.*)

Nirgends treten Aberglaube und Vorurtheil des Volkes deutlicher zu Tage, als in den Ansichten über Werth, Nutzen und Bedeutung des Chlornatriums, des Kochsalzes, eines Minerals, welches nicht einmal ein Salz ist. Die Ansichten darüber erben sich wie eine ewige Krankheit fort, und die Besserwissenden schweigen, weil viel Muth dazu gehört, einer ganz allgemein landläufigen Meinung entgegenzutreten. Es ist aber endlich wirklich an der Zeit, mit der Wahrheit hervorzutreten. Dies soll auch seinerzeit in ganz umfassender, durch wissenschaftliche Belege verstärkter Weise geschehen; heute senden wir nur der seit Jahren unternommenen Arbeit einen kleinen Läufer voraus.

Das Salz, um den vulgären Namen beizubehalten, ist für die Ernährung, für das Gerüst des menschlichen oder thierischen Organismus allerdings bedingt nothwendig. Allein es findet sich in allen Pflanzen demzufolge auch in dem Fleische der Thiere in solcher Menge, dass eine gesonderte Zufuhr in mineralischer Form nur in dem Falle nothwendig erscheint, wenn durch die Zubereitung der Speisen — Kochen mit Abguss des Kochwassers, Einweichen, Auslaugen — ein Theil des Salzgehaltes entfernt worden ist. Dieser aber ist in den meisten Fällen verschwindend klein, da die chemische Bildung des Salzes in den Organismen eine sehr innige ist und kräftiger Lösungsmittel bedarf.

Der Gebrauch des mineralischen Salzes als Zusatz zu den Speisen ist daher grossentheils ein Luxus oder besser eine in succum et sanguinem übergegangene Gewohnheit. Zwei Drittheile der Mensch-

*) Da dieser der „Neuen Freien Presse“ entnommene Aufsatz viel Anwendung auf uns selbst zulässt, bringen wir ihn hier zum Abdruck, die Anwendung jedem selbst überlassend.
Die Red.

heit leben gesund ohne directen Salzgenuss, und zwar sowohl die Carnivoren als die Phytophagen. Die Besteuerung des Salzes lässt sich aus diesem Grunde auch rechtfertigen, denn sie trifft unstreitig im Mehrtheil den Luxus. Dies wird sich die Wissenschaft von Humanitäts-Phraseurs nicht abstreiten lassen. Auf die unbezweifelten physiologischen Wirkungen des Salzes im thierischen Organismus, welche der Verfasser sehr wohl kennt, glaubt er hier nicht eingehen zu sollen. Er bemerkt nur, dass Jedermann weiss, wie der ausschliessliche Genuss übermässig salzhaltiger Nahrung Krankheiten erzeugt, vom Gegentheil aber auch nicht ein einziger Fall bekannt ist.

Das Vieh bedarf der Gaben mineralischen Salzes gewöhnlich nicht. Auch dies wird durch die ungeheure Mehrzahl bewiesen. Freilich lieben alle wiederkäuenden Thiere, zum Theile auch die Einhufer und Nager, das Salz, allein nur als eine Leckerei. Es ist ungerechtfertigt, zu sagen, das Salz trage zur Fett- oder Fleischbildung bei. Alles Salz der Welt vermag nicht ein Loth Fleisch oder Fett zu erzeugen. Die Salzfütterung bringt auch in der Zusammensetzung des Fleisches keine Aenderung hervor, wie dies nothwendig der Fall sein müsste, wenn ein Ueberschuss davon sich dem Blute mittheilte, dessen Gehalt an Chlornatrium im Gegentheil immer constant ist. Das Salz ist daher, wie Liebig längst überzeugend dargethan, bei der Ernährung nur als Corrigenz nützlich und wirksam; es purgirt bekanntlich, reizt den Durst zur Vermehrung der Getränke-Consumption, wodurch der Blutumlauf und die Secretion gefördert werden, und vielleicht hat auch die vermehrte Bildung von Salzsäure im Magen Einfluss auf die raschere Verdauung; Letzteres ist aber nur eine bis jetzt unbewiesene Hypothese. Je mehr sich Nahrung und Haltung eines Thieres von

der Natur entfernen, um so besser wirkt eine Salzgabe; sie empfiehlt sich beim Milchvieh, selbst wenn dieses ganz naturgemäss, auf Weidegang, ernährt wird, weil sie den Durst weckt, der durch Wasser oder Saffutter gestillt, wodurch natürlich die Milchsecretion gefördert wird. Auf den Alpweiden mit abschüssigem, der Auslaugung preisgegebenem Boden fehlt diesem öfters der erforderliche Chlornatriumgehalt. Unbedingt nothwendig wird die Salzgabe zum Futter bei der Mästung, bei welcher bekanntlich das Thier in einer der Natur entferntesten Weise ernährt wird. Während 100 Pfund Haferkörner-Asche ungefähr $\frac{4}{5}$ Pfund, 100 Pfund Asche von Rübenblättern aber $8\frac{7}{10}$ Pfund Chlornatrium enthalten, beträgt der Gehalt daran in der Asche von Rübenpresslingen, der Schlempe, von Biertrebern, von Oelkuchen nur $\frac{1}{3}$, bis höchstens $\frac{1}{2}$ Pfund. Wo also durch Futtermittel die Production von Kohlenhydraten im thierischen Organismus gesteigert wird, da ist schon in der chemischen Zusammensetzung derselben der Zusatz von Kochsalz begründet, abgesehen davon, dass hier auch wahrscheinlich die Wirkung der vermehrten Salzsäurebildung zur Unterstützung der Verdauung von schwer verdaulichen Nahrungsstoffen in ihr Recht tritt. Das ist das Wahre über Wesen und Nutzen der Salzfütterung; was darüber ist, ist vom Uebel. Die neueren Schriftsteller über Thierzucht und Ernährung sprechen sich sämmtlich mit grosser Reserve darüber aus; am weitesten geht, unserer Ansicht nach, Dr. Julius Kühn in seinem ausgezeichneten, nicht genug zu empfehlenden Werke über „Die zweckmässigste Ernährung des Rindviehs“. Wir sind der festen Ueberzeugung, dass auch dieser treffliche Forscher hierin der unter den Landwirthen eingerissenen

allgemeinen Meinung viel zu viel Concessionen macht, und dies bewusst. Sein Votum aber lautet folgermassen:

In den Futterpflanzen erhalten die Thiere auch die zu ihrer Ernährung nothwendige Menge Kochsalz; reich daran sind besonders die jungen grünen Pflanzen, ferner die Rübenarten, insbesondere die Runkelrüben; in sehr geringer Menge findet sich dagegen das Kochsalz in den Samen. Den Thieren besondere Salzgaben als Vieh- oder Steinsalz zu reichen, würde sich daher als in den meisten Fällen nicht unbedingt nothwendig herausstellen, wenn nur die unmittelbare Nährwirkung ins Auge gefasst wird; dagegen erscheint eine mässige Salzgabe um so wichtiger, wenn man den mittelbaren Einfluss einer solchen auf die Ernährung der Thiere in Betracht zieht. Das Salz bewirkt nämlich eine reichere Absonderung der Verdauungsflüssigkeiten, befördert daher die Verdauung der übrigen Nährstoffe und ist deshalb besonders wichtig bei schwer verdaulichen Futterstoffen. Da letztere leicht Störungen im Verdauungsprocesse verursachen und Veranlassung zu Krankheiten werden können, so sind mässige Salzgaben somit auch zweckmässige Vorbeugungsmittel derselben. Sie sind aus demselben Grunde wirksam zur volleren Ausnützung derartiger Futterstoffe. Die nachtheilige Wirkung verdorbenen oder sauren, schlechten Futters wird durch das Salz wegen höherer Erregung der Verdauungsthätigkeit einigermaßen beschränkt, wenn es auch keineswegs dieselbe ganz aufzuheben im Stande ist. Besonders wichtig ist die Verabreichung des Salzes noch bei solchen Futterstoffen, die leicht eine Erschlaffung der Verdauungsthätigkeit bewirken, wie dies bei eingesäuertem Futter, bei der Selbsterhitzung der Futterstoffe, bei der Brühfütterung der Fall ist. Das Kochsalz veranlasst in Folge seiner Einwirkung auf die Verdauungsorgane einen vermehrten Durst und

mithin eine reichlichere Aufnahme von Getränk, was bei trockener Fütterung von vortheilhaftem Einflusse auf die Milchproduction ist. Eben deshalb verursacht es ferner grössere Fresslust, wesshalb es von der besten Wirkung, namentlich in den späteren Zeiträumen der Mästung ist, weil dann die Mastthiere sehr leicht im Fressen nachlassen. Das Salz befördert aber nicht nur die Verdauung, sondern bewirkt auch durch eine Vermehrung der Absonderungen einen lebhaften Stoffwechsel, erregt die Hautthätigkeit und ist deshalb auch für Wachsthum und Gedeihen jüngerer Thiere ausserordentlich zuträglich. Eine zu starke Salzfütterung aber verursacht Durchfall und wirkt nachtheilig. Im Allgemeinen ist $\frac{1}{4}$ Loth per 100 Pfund Lebendgewicht bei dem Rindvieh eine angemessene Gabe. Ueber $\frac{1}{2}$ Loth per 100 Pfund täglich zu verabreichen, ist selten rätlich. H.

Die Gründung des Leipziger Vereins für naturgemässe Lebensweise.

Im Juli nach Leipzig gekommen, hatte ich schon länger die Absicht, mich daselbst einmal nach Gesinnungsgenossen umzusehen, da das veget. Adressbuch solche namentlich nicht anführte. Leider liessen erhöhte Anforderungen meines Berufes meine Absicht nicht sofort realisiren, im Gegentheil war schon einige Zeit vergangen und ich stand mit meiner Anschauung und Lebensweise noch isolirt. Da führte ein guter Stern Herrn Rosenthal aus Nordhausen nach Leipzig, und da er, nachdem wir unsere Bekanntschaft schon früher brieflich eingeleitet, die Güte hatte, mich mit seinem Besuche zu beehren, so theilte ich diesem meinen Plan, eine Annonce zu erlassen, mit. Freund Rosenthal griff die Sache sofort mit dem Eifer auf, mit dem er nun schon seit Jahren, wie jedem mit den Verhältnissen Vertrauten bekannt ist, für unsere gute Sache in der freigebigsten, aufopfernd-

sten Weise rastlos thätig ist, und wenn mein Gedanke practische Folgen gehabt hat, und der hier gegründete Verein etwas Gutes wirken sollte, so drängt mich das einfache Dankbarkeitsgefühl auch öffentlich anzuerkennen, dass dies zunächst den Bemühungen Freund Rosenthal's zu danken ist, der bei seinem Wirken mit der Kraft des gereiften Mannes die Begeisterung des Jünglings zu verbinden die beneidenswerthe Gabe hat. Am 29. September, Abends 8 Uhr, fanden sich nun in Folge von öffentlichen und privaten Einladungen in der Oberschenke zu Gohlis bei Leipzig eine kleine Anzahl Freunde und Anhänger der natürlichen Lebensweise zusammen. Die Zusammenkunft, deren Mitglieder durch die Anwesenheit eines unserer besten Freunde, Eduard Baltzer's aus Nordhausen, ganz besonders geehrt wurden, bot die Gelegenheit, sich einander kennen zu lernen und zeitigte den Wunsch, sich wieder zu treffen und womöglich einen Verein zur Verfolgung unserer Principien zu gründen. Diesem ausgesprochenen Wunsche wurde nun in der abermaligen Versammlung am 4. October nachgegeben. Als Statut wurde das Nordhäuser mit einigen kleinen Modificationen, die hauptsächlich § 5 betreffen, angenommen und zum Vorsitzenden des Vereins Cand. phil. Carl Thilo, und zu dessen Stellvertreter Kaufmann E. Thieme gewählt. Nachdem so den äusseren Formen genügt war, ergriff der erwählte Vorsitzende das Wort und begrüßte den neu geborenen Verein wie folgt:

„Meine Herren!

Bei der Erreichung eines Zweckes ist es von eminenter Wichtigkeit, sich vollständig über die Natur des zu erstrebenden Zieles klar zu werden. Auch wir haben uns vereint, um gemeinsam für ein uns vorgestecktes Ziel zu wirken und zu arbeiten und deshalb ist wohl keine Frage wichtiger, um in dieser Stunde näher ins Auge gefasst zu werden als die: „Was wollen wir?“

Meine Herren! wir erstreben eine Reform zu unserem und unserer Mitmenschen Segen, eine Reform, die mit jahrtausend langer Gewöhnung im Widerspruche steht, eine Reform, die dem Streben nach hastigem Lebensgenusse der meisten unserer Mitmenschen diametral entgegensteht.

Die grösste Arbeitsmasse der Menschheit bewegt sich ohne Zweifel um deren Nähr- und Genussmittel und sorglos haben sie bisher, blind der Gewohnheit folgend, den Genuss zu ihrem Abgott gewählt.

Wir wollen nach unsern bescheidenen Kräften danach streben, dass dies anders werde, wir haben erkannt, dass, da von allen Einflüssen, die auf uns einwirken, die stärksten ohne Zweifel von unseren Nähr- und Genussmitteln kommen, diese die Ursachen unserer unläugbaren, fortschreitenden Degeneration, unserer vermehrten Körper- und Geisteskrankheiten, unserer untergrabenen Moralität sind, und dass sie Millionen durch einen allzufrühen Tod ihrer segensreichen Wirksamkeit entziehen.

Wir wollen deshalb zurückkehren zu jener Einfachheit der Sitten und der Nahrung, die immer und immer wieder von erleuchteten Geistern als die unerlässliche Vorbedingung eines beglückten Daseins gepriesen worden ist, zu jener Einfachheit, die unsere Sorgen verringert und uns als schöne Errungenschaft einen gesunden Körper und grössere Kraft, ein zufriedenes Gemüth, einen scharfen Geist, einen starken Willen, einen wahren Schutz gegen moralische Verirrungen, kurz neben der äusseren die höchste innere Befriedigung und Unabhängigkeit und somit ein längeres und glücklicheres Leben gewährt.

Sie werden, meine Herren, daraus ersehen, dass es weit gefehlt wäre, die vegetarische Lebensweise nur als Nichtessen gewisser Substanzen aufzufassen und gewissermassen als Speise-

gebot zu betrachten, wenn auch nicht zu läugnen ist, dass dieses der unerlässliche Grundpfeiler unserer Reform ist und die erste Stufenleiter, um der höheren Veredelung fähig zu werden; nein, die höchsten Fragen, die die gegenwärtige Menschheit bewegen, wie die Erziehung und auf volkwirtschaftlichem Gebiete die sociale Frage können nur mit und durch den Vegetarianismus, wie Ed. Baltzer und Th. Hahn evident nachgewiesen, ihre endgültige und allseitig befriedigende Lösung finden.

Deshalb, meine Herren, bitte ich Sie, schwören Sie zu der Fahne, die unzweifelhaft den Sieg über so grosse Zeitfragen begleiten wird, und bleiben Sie ihr treu, lassen Sie uns unablässig bemüht sein, der Genussucht und dem Elende unserer Mitmenschen entgegen zu arbeiten mit den uns zu Gebote stehenden Mitteln und durch das eigene gute Beispiel, durch wissenschaftliche Thätigkeit für Erforschung und Verbreitung der einschlagenden Wahrheit, durch Beschaffung und Verbreitung bezüglicher Bücher und Zeitschriften, durch Bildung von Vereinen, durch Vorträge und durch Förderung aller auf unsere Reform Bezug habenden Fragen und Bestrebungen; schaffen wir consequent und lassen Sie uns nach unserem bescheidenen Theile an den genannten erhabenen Problemen mitwirken, für deren Lösung unser Schiller*) uns in den Worten:

„Wer etwas Treffliches leisten will,
Hätt' gern was Grosses geboren,
Der sammle still und unerschläft
Im kleinsten Punkte die höchste Kraft.“

eine sichere Richtschnur giebt.

Dass Sie, meine Herren, bei Ihrer Thätigkeit nicht in der Weise verfahren, wie es allerdings oft sehr nahe liegt und wie ich dies in Nr. 33, 1871, der vegetarianischen Zeitschrift ausführlicher auseinandergesetzt habe, dafür

*) Schiller: „Breite und Tiefe“.

bürgt mir Ihr gesunder Sinn und Ihre gereifte Einsicht, und deshalb lassen Sie uns uneigennützig thätig sein!

Freilich haben wir uns eine harte Aufgabe gestellt, wir werden nicht auf Entgegenkommen von Seiten unserer Mitmenschen rechnen können, im Gegentheil werden sie uns verspotten, verhöhnen, ja vielleicht, weil sie in ihrer befangenen Einsicht glauben, dass wir ihnen ihre letzte Erholung rauben und sie noch mehr unterdrücken wollen, auf alle Weise verletzen und verleumden.

Doch wir kämpfen nicht allein, wir haben nachahmungswerthe, schöne Beispiele von Männern, die diesen Kampf Jahrzehnte ununterbrochen allein führten und nicht erlahmten, die verkannt, verketzert und verspottet von ihren Mitmenschen, doch nur deren Wohlbefinden und deren Glück im Auge hatten und zur Richtschnur ihres Lebens machten, lassen Sie uns diesen Märtyrern ihrer Ueberzeugung nachzueifern suchen und wenn uns auch die Kräfte fehlen, Männern, wie E. Weilshäuser, Th. Hahn, Ed. Baltzer und dem zu früh verstorbenen G. Struve auch nur im Entferntesten gleichzukommen, so lassen Sie uns trösten mit jener alten Wahrheit: „Ut desint vires, tamen est laudanda voluntas.“ Nur diesen Vorbildern folgend, ertragen Sie deshalb allen Spott und Hohn; seien Sie stark, meine Freunde! Unbekümmert lehren und verbreiten Sie mit That und Wort das, was sie als unumstössliche Wahrheit erkannt haben, erheben Sie nun gemeinsam Ihre Stimme, auf dass unsere Brüder allmählig hören und zu ihrem und unserem Heile uns verstehen lernen; werden Sie nicht irre, lassen Sie sich nicht entmuthigen; die der Wahrheit inwohnende Kraft siegt, wenn auch erst nach langem Kampfe, und an diesem Kampfe, der die Erlösung der Menschheit von hunderten von Gebrechen zum erhabenen Ziele hat, an seinem Theile mitzuhelfen, dieses für alles Ungemach entschädigende Bewusstsein,

sei und bleibe Ihr einziger und schönster Lohn!

Dass dieses Ihrer aller Wunsch und Ziel ist, bin ich überzeugt, und diese Ueberzeugung giebt mir die zuversichtliche Hoffnung, dass auch unserer kleinen Anzahl, an der sich gewiss bei redlichem Streben Virgils Wort (Virg. IV., 175) „viresque acquirit eundo“ erfüllt, ein Erfolg bei ihrem Wirken nicht fehlen wird. Das gebe die Vorsehung in unserem und unserer Mitmenschen Interesse!

Nachdem nach dieser Ansprache der Vorsitzende die Anwesenden zur Förderung der Sache auf das Abonnement des Vereinsblattes, des Naturarztes und Eintragung in die neue Auflage des Adressbuches hingewiesen, nimmt er noch einmal das Wort:

„Gestatten Sie mir nun noch, meine Herren, zum Schlusse einem Manne in unserer Mitte, der schon seit Jahren unablässig und unverdrossen bemüht ist, unsere Principien zu verbreiten, der die grössten Opfer an Zeit und Geld nicht gescheut, um erfolgreich für unsere Sache thätig zu sein, kurz dessen ganzes Streben und Leben in der uneigennützigsten Weise auf die Beglückung seiner Mitmenschen gerichtet ist, meinen Dank zu sagen, und ich glaube keine Fehlbitte zu thun, wenn ich die Herren auffordere, zu Ehren unseres Freundes Rosenthal und als Zeichen Ihrer Beistimmung sich von Ihren Sitzen zu erheben. Dieser Aufforderung wurde bereitwilligst entsprochen. Hierauf erhob sich Herr Rosenthal und sagte, dass bei ihm wohl der gute Wille vorhanden sei in der vom Vorredner erwähnten Weise zu handeln und zu leben, ihm aber leider die Kraft und Möglichkeit zur vollständigen Realisirung desselben fehle, übrigens sage er für die Ehrenbezeugung seinen besten Dank.

Zu gleicher Zeit schenkte er mit bekannter Freigebigkeit zur Begründung

der Vereinsbibliothek vier einschlagende Werke.

Nachdem nun noch verschiedene Geschäfte erledigt, auch dem Vorsitzenden für die gehabte Mühe von Herrn Thieme in warmen Worten gedankt worden war, wurde die erste Zusammenkunft des Leipziger Vereines für naturgemässe Lebensweise geschlossen. Möge er aushalten und segensreich wirken!

Gohlis bei Leipzig, im October 1871.
Cand. phil. Carl Thilo.

Hannover. Herr Grosselfinger hat mir aus New-York ein vegetarianisches Journal gesandt: „The laws of life and woman's health Journal“, herausgegeben von einem weiblichen Arzte Miss Harriet N. Austin. M. D. Die Verleger sind: Austin, Jackson & Co., Dansville, Livingston Co. N.-Y. Sie haben einen reichen vegetarianischen Verlag z. B. Graham, Science wird für Doll. 3, 50 angekündigt, haben vegetarianische Niederlassung, Kurhäuser u. s. w. — kurz scheinen gewissermassen in Trall's Stelle getreten zu sein.
A. v. S.

Bitte. Alle Freunde unserer guten Sache, welche in der Lage sind zuverlässige statistische Nachrichten und Belege, nebst genauer Angabe der Quelle, über die diesjährige Pockenepidemie liefern zu können, bitte ich höflichst und dringend dies so schnell als möglich zu thun, auch wenn diese Notizen für die Impfung zu sprechen scheinen.

Nordhausen. L. Belitski.

Gesucht. Herr Theodor Hahn sucht zu Ostern 1872 eine zu ganz selbstständiger Führung der Küche und des Haushalts seines neu erbauten Kurhauses „Auf der Waid“ bei St. Gallen geeignete Persönlichkeit und sieht entsprechenden Anerbietungen baldigst entgegen.
E. B.

Gesucht werden zu Neujahr in eine Familie in Kurland zwei junge Vegetarianer mit humanistischer Gymnasialbildung, der eine zum Erlernen der Oeconomie mit 50 Thlr. Salair im ersten Jahre, der andere als Hauslehrer mit 200 Thlr. Gehalt bei freier Station. „Da bisher im Hause der 4stimmige Gesang geübt worden, so ist wünschenswerth, dass namentlich der als Hauslehrer eintretende junge Herr darin fortwirke.“ Näheres durch die Redaction.

Gesucht wird (von einem Vegetarianer) eine Buchhalterstelle. Näheres durch die Redaction.

Hm. F. Sixtus in Mannheim. „Zur Kunst des vernünftigen Lebens“ ist wieder vergriffen; in kürzester Frist sende ich Ihnen von der neuen Auflage. Baltzer.

Für diejenigen Freunde, welche zugleich für die religiösen Bewegungen der Gegenwart sich interessiren, bemerke ich, dass so eben erschien: „Die Glaubenserneuerung der Gegenwart“. Denkschrift zur Feier des 25jährigen Bestehens der freien Religionsgemeinde zu Nordhausen am 5. Januar 1872. Von Eduard Baltzer, Nordhausen, F. Förstemann. 64 Seiten. 8 Sgr.

Freunde, die ein Kulturblatt lieben, das statt der vorwiegenden politischen Parteifragen, dem practischen Idealismus dient, der allein uns retten kann, empfehle ich den von Januar 1872 erscheinenden „Rheinischen Pionier“, Quartal 1 Thlr. 5 Sgr., in Düsseldorf erscheinend, durch jede Postanstalt zu beziehen. E. Baltzer.

Von Prof. Dr. med. Trall erschien; **Die Verirrungen des Geschlechts-triebes.** 7 1/2 Sgr. Wortmann'sche Buchhandlung in Schwelm und Leipzig.

Preis-Ausschreiben.

Der unterzeichnete Vorstand hat beschlossen, um den Vereinsmitgliedern Mittel zur Propaganda an die Hand zu geben, Flugblätter abfassen zu lassen und an die Mitglieder zu vertheilen. Das einzelne Flugblatt wird in der Regel den Umfang von vier Druckseiten in Octav nicht überschreiten. Damit es möglichst gut und geschickt abgefasst sei, wird es in diesem Blatte zur Concurrrenz gestellt und die beste Arbeit mit zwanzig Thalern prämiirt werden. Dagegen geht das geistige Eigenthum an der Arbeit auf unseren Verein über. Als Thema für das erste Flugblatt bestimmen wir:

„das Schrotbrod, seine Bestandtheile und Zubereitung, seine Bedeutung für die Gesundheit, seine Geschichte.“

Die Arbeit ist mit einem Motto zu versehen und unter demselben Motto der Name des Verfassers versiegelt beizufügen. Der späteste Einlieferungstermin ist der 15. März 1872.

Berlin, im November 1871.

Der Vorstand des deutschen Vereins für naturgemässe Lebensweise.

I. A.: L. May, Berlin, Linienstrasse 233.

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

Gesucht. Desgl. eine veget. Köchin in eine deutsche Familie in Lothringen, — sehr angenehme Stellung — Reiseentschädigung. Näheres theilt brieflich mit E. Baltzer.

Gesucht eine veget. Erzieherin. D. R.

Berichtigung. Hr. Robert Springer, Uebersetzer der Thalysie (siehe vorige Nummer) wohnt in Berlin Simeonstr. Nr. 4. Er und die Redaction nehmen Subscriptionen entgegen, von deren Zahl es abhängen wird, ob das Unternehmen ausgeführt werden kann! E. B.

Vereins-Blatt

für Freunde

der natürlichen Lebensweise

(Vegetarianer).

Jahrgang IV.

Nr. 31—40.

N^o 36.

Nordhausen, den 18. Januar.

1872.

Um gut zu sein, muss man gesund sein.

Schiller.

Unser Laienberuf und unsere Stellung zur Wissenschaft.

Geehrtester Herr Baltzer! Was Sie zunächst nur in persönlicher Beziehung erklären „Niemand kann grössere Achtung vor der Wissenschaft haben wollen als ich, aber man darf die Eine nicht, was so leicht geschieht, verwechseln mit einem ihrer zeitweiligen Lichtstrahlen oder gar mit einzelnen aus dem Zusammenhange des fortschreitenden menschlichen Erkennens gerissenen Ergebnissen“, das wird auch jeder wahre Vegetarianer für sich in Anspruch nehmen, und in den Worten . . . „sowohl Thatsachen schaffend, welche die Wissenschaft hernach seciren und somit unserer Erkenntniss weiterhelfen mag, als auch die gewonnene Erkenntniss weiter mittheilen denen, die hören wollen: das ist unser Laienberuf“ skizziren Sie vortrefflich unsere Stellung zur Wissenschaft.

Wenn aber unser Beruf ein vermittelnder sein soll zwischen letzterer und unseren laienbrüderlichen Mitmenschen, müssen wir vor allem nicht nur mit diesen, sondern auch mit den Vertretern der Wissenschaft in Verbindung treten. Es muss ein Verkehr angebahnt werden, der einerseits die von uns geschaffenen Thatsachen der Wissenschaft so übermittelt, dass diese darauf fortbauen kann, und andererseits auf directem Wege unserer Erkenntniss weiter hilft. Nach meinem Dafürhalten

ist deshalb der Vorschlag des Herrn A. von Seefeld, aus dem „Fragebogen“ eine „Versuchsstation am Menschen“ zu entwickeln, mit Freuden zu begrüssen als der erste praktische Vorschlag zur Anbahnung einer solchen Verbindung.

Ob wir dabei auf einiges Entgegenkommen rechnen dürfen? Nun — Herr Prof. Virchow war es, der 1865 auf der in Hannover abgehaltenen Versammlung deutscher Naturforscher und Aerzte den Antrag stellte: die Versammlung möge die Geschäftsführer der nächsten Zusammenkunft im Voraus beauftragen (durch Verhandlung mit geeigneten Persönlichkeiten für allgemeine Vorträge über den Zustand und Fortschritt der hauptsächlichsten Zweige der Naturwissenschaften und der Medicin zu sorgen und) Formen zu finden, unter denen die Naturforscherversammlung mit dem Volke selbst in Verbindung treten könne. In längerer geistvoller Rede begründete Herr Prof. Virchow diesen Antrag, indem er ausführte, dass der Naturforscher Form zu denken, das Denken ohne Autorität von oben herab, die Art des Denkens für die ganze Nation werden solle und müsse, und hervorhob, dass in dem Grade, als man sich gewöhne, natürlich zu denken, auch die Nation die Hindernisse zu beseitigen wissen werde, welche sich ihrer freien Entwicklung entgegen stellen, und dass