

Der Vegetarianismus

als

neues Heilprinzip

zur

Lösung der sozialen Frage.

Seine wissenschaftliche Begründung und seine Bedeutung für das
leibliche, geistige und sittliche Wohl des Einzelnen, wie der
gesamten Menschheit.

Motto:

„Alle Kultur geht vom Magen aus.“

Friedrich der Große.

Von

Theodor Sahn.

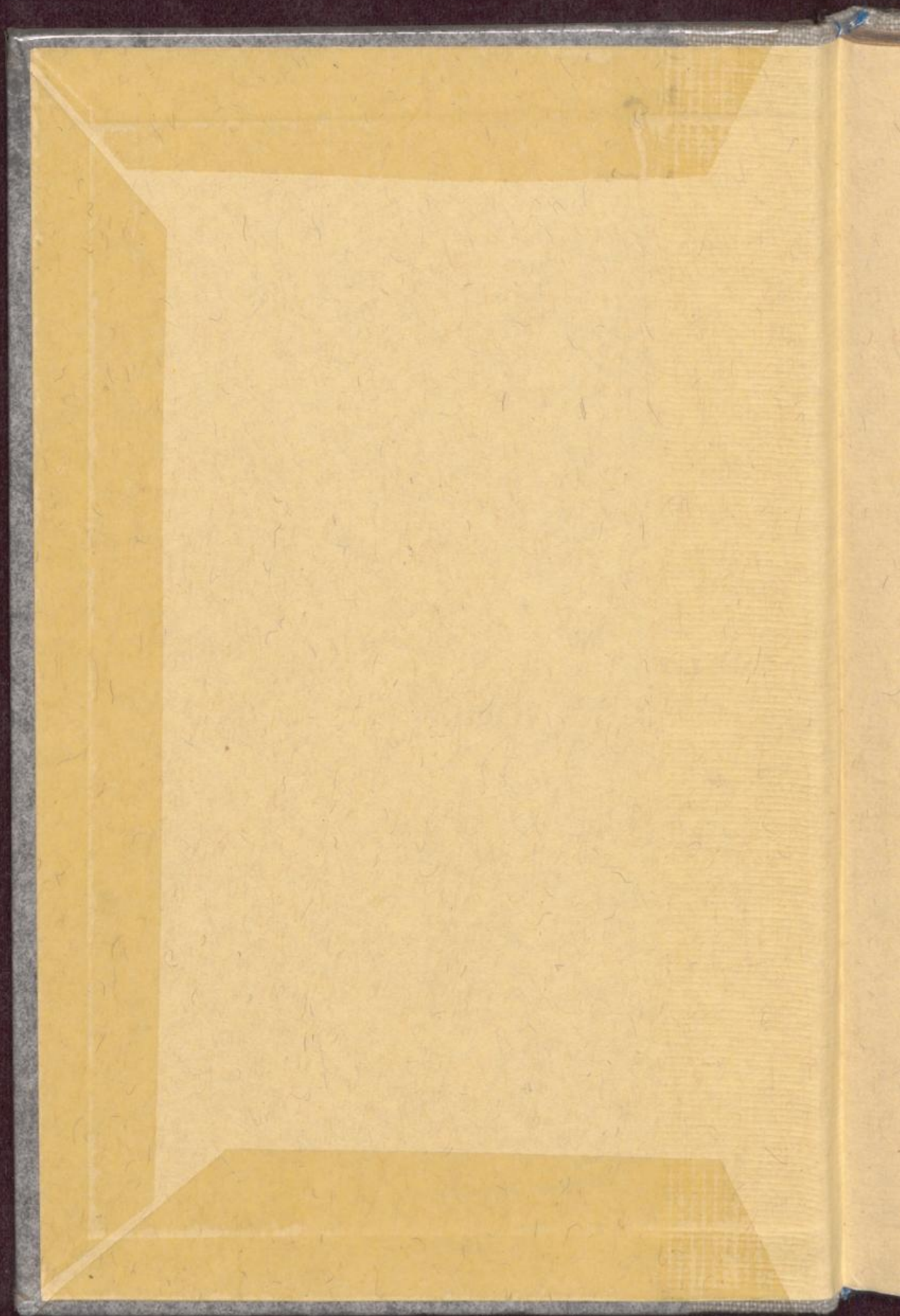
Zweite Auflage.

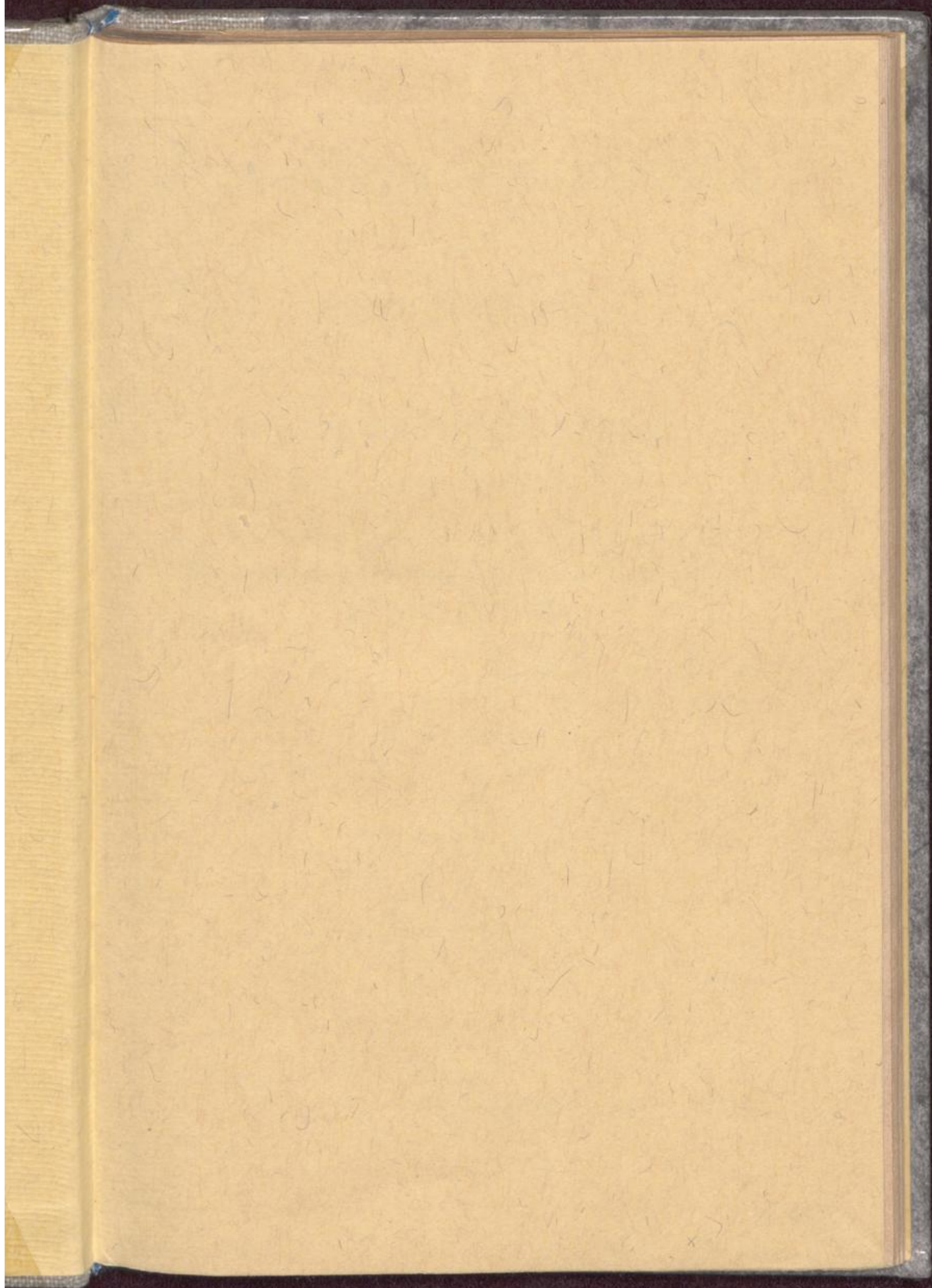


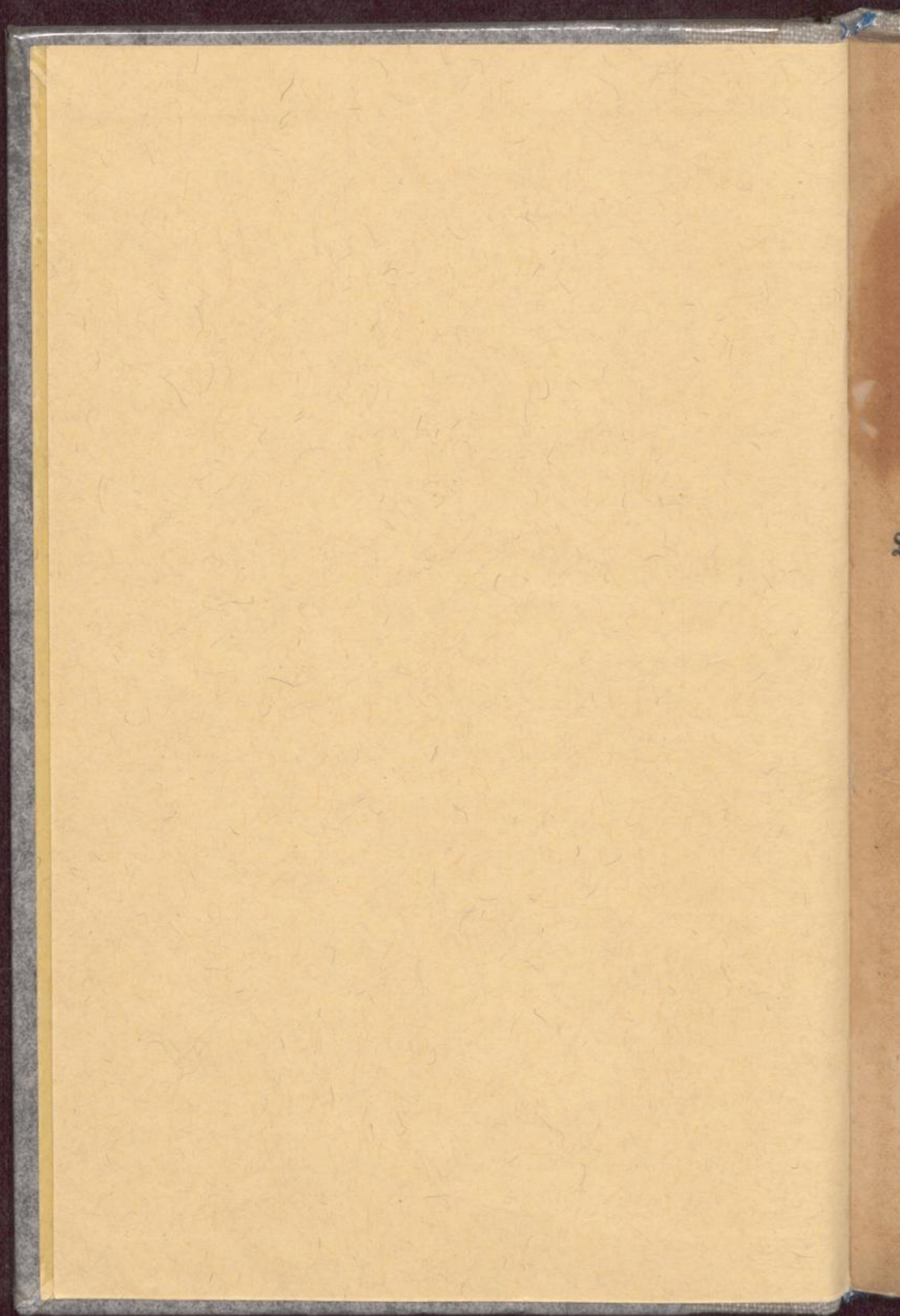
Berlin.

Theobald Grieben.

1878.







Der Vegetarianismus

als

neues Heilprinzip

zur

Lösung der sozialen Frage.

Seine wissenschaftliche Begründung und seine Bedeutung für das
leibliche, geistige und sittliche Wohl des Einzelnen, wie der
gesamten Menschheit.

Motto:

„Alle Kultur geht vom Magen aus.“
Friedrich der Große.

Von

Theodor Sahn.

Stadtbibliothek

Trier.

Zweite Auflage.

Berlin.

Theobald Grieben.

1873.

Der Vegetarismus

neues Selbstbegriff

Lösung der letzten Frage.

D / 1679 a

Der Vegetarismus ist eine Bewegung und keine Lehre für das Leben, welche das Glück des Einzelnen, wie der allgemeine Wohlstand, zum Ziel hat.

Verlag von
F. A. Brockhaus
Leipzig

Verlag von
F. A. Brockhaus

Verlag von
F. A. Brockhaus

Verlag von
F. A. Brockhaus
1871

Vorwort.

Die nöthig gewordene erneuerte Auflage nachfolgender kleinen Zusammenstellung eigener und fremder Abhandlungen über den Vegetarianismus erscheint nur in ihrer Einleitung etwas erweitert, im Uebrigen unverändert. Möge sie sich neue Leser, aber vor Allem auch neue Thäter ihrer Worte suchen. Die That allein, der praktische Versuch kann den so unendlich reichen Segen des Vegetarianismus zur weitem Ausbreitung und allgemeinem Anerkennung führen. Der Vegetarianismus hat unbedingt eine Zukunft; je näher aber diese der Gegenwart gerückt wird, um so besser für uns. Helfen wir, ein Jeder in seiner Weise und nach seinen Kräften dazu!

Der Herausgeber bemerkt hier noch, daß er gerne bereit ist, zu einer größern Verbreitung dieses Schriftchens die Hand zu bieten. Er erläßt es daher, direct von ihm bezogen, hundertweise zu 10 Thalern, fünfhundertweise zu 35 Thalern, tausendweise zu 50 Thalern.

Heilanstalt „Auf der Waid“ bei St. Gallen (Schweiz), am 7. Februar 1873.

Theodor Hahn.

Lesenswerthe Schriften,

welche einführen können in die allgemeine Literatur der sozialen Frage:

- Dr. F. A. W. Dieckermweg.** Beiträge zur Lösung der Lebensfrage der Zivilisation, einer Aufgabe dieser Zeit. 2. Aufl. Essen. G. D. Bädeker. 1837. Vier Hefte.
- Dr. C. Kapp.** Der konstituirte Despotismus und die konstitutionelle Freiheit. 1849.
- J. J. Rietmann, V. D. M.** Sozialistische Träume. St. Gallen. Huber und Komp. 1858.
- Ed. Balzer.** Das Buch von der Arbeit, oder: die menschliche Arbeit in persönlicher und volkswirtschaftlicher Beziehung. 2. Aufl. 1870. Nordhausen. F. Förstemann.
- — Die Reform der Volkswirtschaft vom Standpunkt der natürlichen Lebensweise. 1867. Ebendasselbst.
- Fr. Bastiat.** Dessen sämtliche Schriften, namentlich aber: „Eigenthum und Gesetz.“ — „Gerechtigkeit und Brüderlichkeit.“ — „Ueber ein Amendement des Hrn. Terneaux.“ — „Die klassischen Studien und der Sozialismus.“ — „Briefe“ — „Das geistige Eigenthum.“ — „Volkswirtschaftliche Harmonien.“
- Josef M. Boyes.** Die Selbsthülfe in Lebensbildern und Charakterzügen. Hamburg. Hoffmann und Campe. 1867.
- Ad. Quetelet.** Zur Naturgeschichte der Gesellschaft. Hamburg. Hoffmann und Campe. 1856.
- F. W. Otto.** Arbeit und Christenthum. Eine zeitgeschichtliche Studie. Gütersloh. C. Bertelsmann. 1871.
- Dr. L. Wiese.** Die Bildung des Willens. 3. Aufl. Berlin. Wiegandt und Grieben. 1872.
- Prof. Dr. Ad. Wagner.** Rede über die soziale Frage. Berlin. Wiegandt und Grieben. 1872.
- — Die Abschaffung des privaten Eigenthums. Leipzig. Duncker und Humblot. 1870.
- Dr. H. Conzen.** Die soziale Frage, ihre Geschichte und ihre Bedeutung. Leipzig. Fr. Luchhardt. 1871.
- G. B. von Reergard.** Die Demokratie, der Sozialismus und das Christenthum. Sind dies Gegensätze oder nicht? 2. Aufl. Kiel. G. v. Maaß. 1869.
- P. C. Förster.** Ueber die soziale Frage. Pirna. C. Diller und Sohn. 1872.
- Jul. Schulze.** Das eiserne Gesetz. Frankfurt a. M. B. von Zabern. 1872.
- G. Adler.** Ein Baustein zur Lösung der sozialen Frage. (Als Manuscript gedruckt.) Buchholz in Sachsen. 1871.
- W. Marr.** Sieben Briefe über den Stein der Weisen. Ein sozialistischer Essay. Bern. Zent und Reinert. 1871.
- Concordia.** Zeitschrift für die Arbeiterfrage. 1870—72. Berlin. Th. Chr. Fr. Enslin.
- Der Pionier.** Wochenchrift. 1872. Düsseldorf. Spiethoff und Krahe.

Einleitung.

Geht alle Kultur vom Magen aus, wie vor hundert Jahren Friedrich der Große meinte, so datirt die soziale Frage sicher nicht erst von heute, sondern sie bewegt das Menschengeschlecht schon, so lange es selbst überhaupt besteht, seit es lebt, seit es ist, seit es ißt. In solcher Erkenntniß sprach auch gleichzeitig mit dem Philosophen auf dem Königsthron der König auf dem Throne der Philosophen, Immanuel Kant, die gleichbedeutenden Worte aus: „Der Mensch ißt, was er ißt.“ *) Die Erkenntniß dieser Thatsache ist leider noch eine eng begrenzte; je weiter und je allgemeiner sie indeß die Gemüther und Geister bewegt, je näher stehen wir auch der einzigen und ausschließlichen Lösung der sozialen Frage. Immerhin macht diese Erkenntniß erfreuliche Fortschritte und wir wollen hier der Reihe nach einige Aussprüche vorführen, welche dieser Erkenntniß schon Ausdruck gegeben haben. Schiller's Worte:

„Einstweilen, bis den Bau der Welt
Philosophie zusammenhält,
Erhält sich das Getriebe
Durch Hunger und durch Liebe“ —

dürfen wir wohl als allgemeiner bekannt voraussetzen; gleichwohl möge hier an sie erinnert werden. Hunger und Liebe also, nackt sinnliche Bedürfnisse des uranfänglich vorherrschend instinktiv, so gut wie unbewußt dahinlebenden Menschen sind die Triebfedern, welche ihn nach und nach zur höhern Kultur und zur Philosophie, d. h. zum bewußten Darleben seines Menschthums hinüberführen, oder aber, wenn gesehlt befriedigt, zum verfrühten Untergang geleiten. Die Ursache des Letzteren, des Untergangs, deutet daher auch ganz richtig ein neuerer Schriftsteller mit den Worten an: „Werden die materiellen Bedürfnisse auf einer hohen Stufe der Kultur durch Raffinement (in ausgesuchtester Weise) überreizt, so liegt hierin nicht

*) Man zeihe mich, oder Kant, oder die weiteren hier citirten Gewährsmänner ob solcher Aussprüche nicht des Materialismus. Wir geben gerne zu, daß der Geist den Stoff bestimmen kann, aber das Umgekehrte findet auch statt. Geist und Stoff, Kraft und Materie kommen nie getrennt, sondern immer mit einander; sie sind beide im gewissen Sinne Eines, und im gewissen Sinne und im großen Ganzen kann man sehr wohl sagen: Wie der Stoff, so die Kraft, wie die Materie, so der Geist, wie du ißt, so du bist; in absolutem Sinne und in jedem Einzelfalle freilich nicht.

nur die Bedingung zur regressiven Metamorphose (rückwärts schreitenden Umbildung) der leiblichen Beschaffenheit des Geschlechts, sondern gleichzeitig diejenige zur Rückbildung der Verstandesoperationen sowohl im Dienste der Wissenschaft als des praktischen Lebens." (J. R. Fr. Böllner: Ueber die Natur der Kometen. Beiträge zur Geschichte und Theorie der Erkenntniß. 2. Aufl. Leipzig. W. Engelmann. 1872.)

Birchow spricht sich („Ueber Nahrungs- und Genußmittel; Berlin; C. G. Lüderig; 1867; S. 5—6) aus: „Die Beschaffung und Zubereitung der Nahrungs- und Genußmittel bildet so sehr die Grundlage aller menschlichen Thätigkeit, daß nicht nur der einzelne Mensch in seinen Einrichtungen und Zielen, sondern auch die Gesellschaft und der Staat in ihrer Gestaltung dadurch bestimmt werden. Ja, man kann sagen, daß Letzteres in einem fast noch höheren Maße der Fall ist, als das Erstere. Denn der Einzelne kann durch einen glücklichen Zufall, sei es der Geburt, sei es des späteren Lebens, über die eigentlichen Nahrungsorgen hinausgehoben sein; seine Vorräthe ergänzen sich, ohne daß er selbst sie auswählt; seine Speisen werden zubereitet, ohne daß er die Anweisung dazu erteilt; sein Tisch deckt sich ohne sein Zuthun. Aber schon eine Gesellschaft, ein wenn auch kleiner Volksstamm, ist selten in einer gleichen Lage: die Gunst des Himmels und des Bodens erleichtert vielleicht in hohem Maße die Beschaffung von Nahrungsmitteln, und zwar von solchen, die gar keine oder nur eine geringe Zubereitung erfordern; immerhin gehört Arbeit dazu, sie zu gewinnen. Je größer der Raum, je mehr zusammengesetzt die Gesellschaft, je mannigfaltiger entwickelt der Staat wird, um so schwieriger wird es, die Nahrungsstoffe zu beschaffen, und ein oft sehr mühseliges und langwieriges Verfahren gehört dazu, sie in zweckmäßiger Weise zuzubereiten. Die besondere Art der Nahrungsbeschaffung bestimmt daher schließlich die Form der Gesellschaft, des Volkes und des Staates. Ob die Jagd oder der Fischfang, die Viehzucht oder der Ackerbau oder der Handel die hauptsächlichsten Wege der Nahrungsbeschaffung darstellen, das entscheidet zugleich über die Hauptrichtung der menschlichen Thätigkeit innerhalb einer solchen größeren Verbindung, und damit wird auch mit einer gewissen Nothwendigkeit die Richtung festgestellt, in welcher Gewerbe und Industrie, Kunst und Wissen, **Sitte** und **Religion** sich entwickeln werden.“

Und ähnlich Birchow's Berufsgenosse, Prof. C. Voit in München („Ueber die Theorien der Ernährung der thierischen Organismen"; Verlag der königlichen Akademie; 1868): „Es ist nicht paradox, wenn wir sagen, daß die ganze Entwicklung der Menschheit innig geknüpft ist an die Möglichkeit und die Art der Ernährung. Die Zufuhr von Nahrung ist eine Hauptbedingung unseres Daseins und es ist wohl eine der bewundernswerthesten Einrichtungen der Vorsehung, die dem blöden Auge des Menschen oft als eine Strafe erscheint, daß wir unser Brod im Schweiße unseres Angesichtes essen müssen. Der Hunger ist der erste und mächtigste Sporn zur Arbeit, **und die Arbeit allein birgt in sich die Erfahrung und die Fortbildung.**

Von der Bedeutung solcher Fragen der Beschaffung und Art der Nahrung kann sich nur Derjenige einen Begriff machen, der da weiß, welche fabelhafte Summen für diese Bedürfnisse ausgegeben werden und wie ein richtiges Verfahren, an die Stelle eines unrichtigen gesetzt, Millionen erspart. Die Erkenntniß von den Gesetzen der Ernährung wird uns lehren, mit den geringsten Mitteln ein Höchstes von Wirkung hervorzubringen, und es wird dadurch eine Zunahme der Bevölkerung und ein größerer Wohlstand die Folge sein" —

„und ein höherer Grad der Kultur, d. i. der Bildung und der Gesittung“ — hätte Voigt hinzufügen dürfen.

Noch schärfer ausgeprägt spricht Dr. C. Boruttau diese Wahrheit in dem Satze aus, daß alles Laster und alle Unsittheit vor Allem in zur Gewohnheit gewordenen Diätfehlern wurzeln (Gedanken über Geistesfreiheit, S. 28, Berlin; Th. Grieben).

Und führen nicht die jüdische Mythe und ebenso die griechische (in der Prometheusage) alle Sünde und alles Elend der Menschheit auf einen Diätfehler zurück?

In der Art und Weise der Ernährung also ist die menschliche Thätigkeit und Arbeit begründet und in dieser wieder, abgesehen von dem direkten Einfluß der Nährweise auf den Leib des Menschen und dessen Sinne und dessen Sinnen, des Menschen Kultur, seine Gesinnung und seine Bildung. Sehen wir nun aber Letztere gefährdet und sogar an einem Wendepunkt angelangt, an welchem sich die Gemüther bereits bänglich eingestehen, daß das Schicksal der Menschheit in Frage gestellt wird, sollte man da nicht auch ebenso allgemein offen zugeben müssen, daß des Menschen hauptsächlichste Thätigkeit, eben die auf seine allerersten leiblichen Bedürfnisse gerichtete, seine Arbeit, sein Kampf fürs liebe tägliche Brod auf Ab- und Irrwege gerathen, sein Sinnen und Streben für des Leibes Bedürfnisse in gänzlich verkehrte Bahnen gelenkt ist? daß dies Sinnen und Streben, dies Dichten und Trachten nach materiellen Gütern in einer Art und Weise herrschend geworden, die alle heutigen sozialen Mängel und Gebrechen verschuldet?

„**Wir brauchen eine neue Liebeskraft**“ — riefen schon vor 30 Jahren sehnsüchtig die Rochdaler Pioniere und noch heute haben sie und mit ihnen alle andern das soziale Glück der Völker Anstrebenden das Rezept zu dieser „**neuen Liebeskraft**“ nicht gefunden. Und doch liegt es so nahe, so handgreiflich nahe, so daß man erstaunen muß über die Kurzsichtigkeit der Menschen, dieser Menschen, die sich doch auch Christen nennen und denen das Rezept zu dieser neuen Liebeskraft schon vor mehr als 1800 Jahren genannt und gelehrt wurde und die bis heute noch so gut wie gar nichts gethan haben, es ins Werk und in die praktische That zu übersezen, die heute, angekommen abermals wie vor 1800 Jahren an den Einbruch eines allgemeinen sozialen Bankrotts, nach einer „**neuen Liebeskraft**“ schreien, als ob sie's mit der alten schon probirt und bis zu Ende ausprobirt hätten! Sie haben noch nicht einmal den Anfang damit gemacht und das Rezept zu der „**neuen Liebeskraft**“ hat noch immer keine anderen Ingredienzen, wie das zu der „**alten Liebeskraft Christi**“.

„Was ist noch wicht'ger, als die Liebe selbst
„In junge Kinderherzen früh zu pflanzen, unvermerkt,
„Daß weit und mächtig Schutzgebietend einst ihr Stamm
„Die Aest' und Zweige der Kultur kann treiben,
„Und füllereich die Früchte der Gesittung reifen?
„Der Liebe Schwester, ja, der Liebe Mutter ist's,
„Und mehr, wie sie noch, aller Selbstsucht Feindin:
„Die Entsagung!“

Man wähne nicht, daß damit ein Asceten- und Mönchtum gepredigt werden soll, welches in Felsenhöhlen und Klosterzellen führt. Christus selbst wollte von einer solchen Leibes- und Sinnenkasteiung nichts wissen; er setzte sich mit seinen Jüngern, wo es Gelegenheit gab, zu fröhlichen und festlichen Mahlzeiten und pflegte den denkbar lebhaftesten Verkehr mit der übrigen Menschheit. Die Entsagung soll nur in allen überflüssigen Dingen dieser Welt geübt werden, in Allem, was über des Leibes Nothdurft und Nahrung und des Geistes wahre Bedürfnisse hinausgeht. *)

Man wähne ferner nicht, daß Christus allein und zuerst es war, der zu der Erkenntniß gekommen, daß einzig die Entsagung die soziale Frage löse und das Reich der Liebe begründe. Schon der weise Grieche und Republikaner Sokrates gab vier Jahrhunderte vor Christus das Rezept zur Liebe und Gottähnlichkeit mit den Worten: „Je weniger der Mensch braucht, je mehr nähert er sich den Göttern, die gar nichts brauchen und unsterblich sind.“ Und des weisen Römers und Republikaners Cato's Rezept zur republikanischen Bürgertugend, zur Glückseligkeit und zum höchsten irdischen Reichthum lautete 200 Jahre vor Christus ganz gleichbedeutend: „Auf daß du nichts entbehrest und Alles besitzest, was allein das Leben schön und glücklich macht, entbehre!“

*) Zur Leibes Nothdurft und Nahrung gehören z. B. viel gesündere, größere und schönere Arbeitswohnräume, als sie bis heute noch immer volle $\frac{9}{10}$ der Menschheit haben, aber zur Leibes Nothdurft und Nahrung gehören wahrlich nicht alle jene Sinnenreize oder narkotischen Genußmittel, welche, abgesehen von ihrem Geldwerth, den sie verschlingen und der jährlich nach mehreren Milliarden zu berechnen ist, den Verstand der Menschheit umnebeln und betäuben, die Sittung der Menschheit darniederhalten und die Leiber der Menschheit vergiften und tödten! Die Kaffeeproduktion der Erde verschlingt mindestens 600,000,000 Franken an Werth, ebensoviel die Theeproduktion, ebensoviel die Tabakproduktion, — nun noch die Cacao-, die Coca-, die Cichorien-, die Betel-, die Haschisch-, die Hopfen-, die Mate-, die Opium-Produktion. Genießen doch Opium 4—500 Millionen Menschen, Betel 100,000,000, Haschisch 300,000,000, Cichorien 50 Millionen, Cacao 100 Millionen! Nun noch ungerechnet die Bier-, Wein- und Schnapsproduktion, die allein eine Milliarde und mehr verschlingt! — Schon der berühmte Don Quixote-Dichter Cervantes machte einst dem Könige (Philipp II.) den Vorschlag, zur Tilgung der Staatsschulden alle Monate einen mäßigen Fastentag auszusprechen.

Ganz gleich, fast buchstäblich gleich, lauteten auch die Lehren der chinesischen Weisen Lao-tse und Kong-fu-tse und des Heilands der Inder, Buddha. *)

Kampf gegen die unsittlichen Mächte dieser Welt, und zunächst also gegen die niedrigsten Mächte, gegen die der ausgearteten Küche und des Kellers und der Garderobe, gegen alle ungehörigen und überflüssigen Befriedigungen der leiblichen Sinnlichkeit, die, je mehr sie gereizt und gelockt wird, den Menschen um so mächtiger und unwiderstehbarer in ihre Umarmung und Umgarnung hineinzieht bis zur endlich vollständigen Sinnes- und Verstandesbeherrschung und -Betäubung, bis zur gänzlichen Herzensverhärtung und Gemüthsertödtung; Kampf des besseren Selbst im Menschen mit seinem schlechteren Selbst, Kampf des Geistes mit der ihre Schranken überwuchernden Materie, Kampf der himmlischen Kraft mit dem irdischen Stoff, Kampf des Göttlichen im Menschen mit dem Thierischen in ihm, Kampf weniger bloß ums leibliche, flüchtige Dasein, als vielmehr um's geistige, ewige, Kampf mit allen niederen Trieben im Menschen, mit der Fleisches- und der Baucheslust, mit der Mode- und der Puzsucht, mit der Hab- und der Herrschsucht, mit der Prahl- und der Ruhmsucht, mit dem Neid und der Scheelsucht, mit dem Haß und der Rachsucht und wie die Kinder der Urgroßmutter des Teufels und aller irdischen Teufelei, der Selbstsucht, sonst noch alle heißen mögen, Kampf mit allen diesen Teufelskindern ist des besseren, des sich aufwärts entwickelnden, des vorwärts strebenden Menschen Loos und Bestimmung, und die Waffe zu diesem Kampfe, das Schwert und der Schild zugleich ist eben die Entsagung, die Sichselbstentäußerung**), des Kampfes Lohn aber und des Sieges Preis nichts Geringeres, als die Liebe selbst, die Hingabe an das Allgemeine, an die ganze große Menschheit, das mit Gott und der Welt Sichversöhnt und im Einklang Wissen***), das Himmelreich auf Erden. Denn wer solchen Kampf

*) Siehe: „Wahrheit aus Ruinen oder das ewige Evangelium der Humanität.“ Von C. Scholl. Frankfurt a. M. F. B. Auffarth. 1 Thlr. 7½ Gr. — Vergleiche auch: „Parallestellen zum neuen Testament aus den Schriften der alten Griechen.“ Dr. E. Spieß. Leipzig. W. Engelmann. 3 Thlr. — Ferner: „Moralphilosophie des klassischen Alterthums.“ Gesammelt und systematisch geordnet von S. Hauthaler. Salzburg. Mayr'sche Buchhandlung. 1857.

**) Nochmals verwahre ich mich hier gegen den Vorwurf, daß ich ungehörige Ascese verlange. Mein Wahlspruch heißt: „Befriedige alle Neigungen und Bedürfnisse: es ist natürlich, es ist menschlich; setze sie alle unter einander in Einklang: es ist himmlisch, es ist göttlich!“

***) Man bezeichnet gewöhnlich die Religion als das Abhängigkeitsgefühl von Gott, von übermenschlichen Mächten. Ich gebe zu, daß die Religion dies zu einem Theile ist. Zum andern aber ist sie gerade auch das Umgekehrte. Denn ist das beseligende Gefühl, was den Künstler, den Dichter, den Staatsmann, den Baumeister ergreift, wenn ihm seine mehr oder weniger idealen Pläne gelungen und verwirklicht vor ihm stehen, wenn sie also die Materie, die Natur ihrem Geiste unterthan gemacht haben, nicht auch ein religiöses? Und das Gefühl der innern Befriedigung ob irgend einer edeln oder Liebesthat, ist es nicht auch ein religiöses? Und das Gefühl des Mitleids und der Mittheilnahme bei den Leiden unserer

fleißig übt und den Sieg alltäglich neu erringt, in dem ist auch die Liebe mächtig und, wie der Apostel so schön sagt, „zu allem guten Werk geschickt.“

Entsagung und Einfachheit also und Nüchternheit und Mäßigkeit, sie sollten gepredigt werden von allen Rathedern und allen Kanzeln und auf allen Höfen und von allen Dächern! Das aber will viel sagen in einer Zeit, wo umgekehrt Genuß das Panier und das Glaubensbekenntniß von Hoch und Niedrig, von Alt und Jung, von durchaus Jedermann ist! Und dennoch, quält Euch nur ab, Ihr Volksberather in allen Lagern, „es führt kein anderer Weg zur Liebe hin“, und ehe Ihr nicht diesen Weg einschlagt, ist all' Euer Mühen und Sorgen vergebens und eitel Stüd- und Flickwerk, wo nichts Schlimmeres! Den Weg zur Liebe wie den zur Freiheit geht man nur unter der Dornenkrone der Sichselbstentäußerung, und so sehr beide Geschenke des Himmels sind, vom Himmel herunter fallen sie dem Erdenkinde nicht in den Schooß, sie wollen auf rauhen, die Selbstsucht tief und blutig verlegenden Dornenpfaden erkämpft, von jedem Einzelnen aus allen Lagern neu erstritten sein!

Verändert und zerstört die Form der Gesellschaft, stürzt Throne und Kanzeln um, organisirt die Freiheit nach Euer Idealen, Ihr Herren vom Volksstaat; der Stoff zu euerm Freiheitsstaat, die Bürger, die Menschen, der Einzelmensch, aus dem Ihr ihn knetet, kommen ebenso wenig wie Ihr selbst aus Eurer Haut heraus; die Selbstsucht mit allen ihren Ausgeburten bei leiblicher Entartung bringt Ihr nicht durch gesellschaftliche und staatliche Reformen aus der Welt, und auf Euch vor Allen zielt Rückert's Wort:

„Wenn Freiheit du begehrst, des Menschen größte Zierde,
Herrsch' über Leidenschaft und Neigung und Begierde!“

Die Freiheit, die wahre, die ächte, die von der Liebe unzertrennlich, ja mit ihr eins ist, mit der allgemeinen Menschenliebe, wahrlich, sie ist nicht abhängig von Staats- und Gesetzesformen und nicht von gewissen Bildungsgraden, sondern sie kann die Geister durchwehen, „und wären sie in Ketten geboren“, und sie muß auch erst die Geister aller Einzelnen durchwehen und zum Eigenthum und Gemeingut Aller erst von jedem Einzelnen innerlich erworben sein. Und ist sie das, nun dann gestaltet sie sich auch bald von selbst organisch, zur allgemein herrschenden und gesetzgebenden Macht im Staat.

Zwangsweise angeordnete Liebe und Hingabe an das allgemeine und Staatswohl ist* keinen Pfifferling werth! Die Liebe, die wahre, ächte Liebe, die Christus als die Grund- und Urbedingung alles sozialen, menschheitlichen Wohles aufstellte und welcher der Apostel so unvergleichlich schöne und mächtige Thatkraft (in seinem ersten Korintherbriefe, Kap. 13) nachsagte:

Nächsten, ist auch dieses nicht ein Ausfluß religiösen Dranges in uns? Fassen wir also diese verschiedenen Bethätigungen religiöser Stimmung zusammen, so ist Religion das (unbewußte oder bewußte) Sich-einsfühlen mit der ganzen übrigen lebendigen und todtten Schöpfung, das Sich-Unterthan-, aber auch das Sich-Unterthanwissen.

- B. 1. Wenn ich auch redete so hold, wie Engel singen,
Und hätte Liebe nicht, mein Wort würd' leer verflingen.
- B. 2. Und wär' allwissend ich, besäß' Weissagungsgabe,
Und hätte Liebe nicht, es wäre eitle Habe.
Und hätt' ich Glaubensmacht und könnte Berg' versetzen,
Und hätte Liebe nicht, wie nichtig wär's zu schätzen?
- B. 3. Und gäbe ich den Armen auch all' mein Hab und Gut,
Und hätte Liebe nicht, 's wär' wie das Herz ohn' Blut.
Und opfert' ich den Leib dem Feuertode schier,
Und hätte Liebe nicht, nichts nütze wär' es mir.
- B. 4. Langmüthig ist die Liebe, Muthwillen treibt sie nicht,
Sie zankt und eifert nie, gleich freundlich stets sie spricht.
- B. 5. Nicht ungeberdig, nein, und auch erbittert nicht
Zeigt sich die Lieb' — ist nie auf's Eigne schlimm erpicht.
- B. 6. Auf Schaden sinnt sie nie und Ungerechtigkeit,
Hat Freude um so mehr an der Wahrhaftigkeit.
- B. 7. Verträglich ist sie stets und gläubig, hoffnungsvoll,
Und duldet Alles gern, auch wenn sie leiden soll!
- B. 8. Die Liebe währet ewig, die Liebe hört nie auf,
Wenn Weisheit und Erkenntniß vollzieh'n auch ihren Lauf.
- B. 9. Denn alle Menschenweisheit bleibt ewig Stückwerk nur,
- B. 10. Und die Vollkommenheit tilgt ihre letzte Spur.
- B. 11. Als Kind ich war, da sprach ich so klug, wie g'rad ein Kind,
Und meine Anschlag' waren, wie kind'sche eben sind.
Jedoch zum Mann' geworden, zum Menschen voll erwacht,
Ward Alles auch, was kindisch, in mir zu Grab' gebracht.
- B. 12. Wir seh'n jetzt trüb und dunkel und Manches gar noch nicht,
Dann aber blickt das Auge der Wahrheit vollstes Licht.
Und was wir jetzt so mühsam und stückweis nur erkennen,
Dann werden wir es laut und voll bei Namen nennen.
- B. 13. Und ewig wird dann währen, wenn weiter auch nichts bliebe,
Der Glaube und die Hoffnung und 's Größeste: die „Liebe“! —

sie will sich nur frei und ungebunden zeigen dürfen; vor dem Soll- und Machtpruch der Gesetze und der Staatspolizei weicht sie scheu zurück. Gerade die Sozialisten, die mit staatlichen Formen und Reformen glauben, alles soziale und politische Elend tilgen zu können, würden mit ihrem Volksstaat die ärgste Unfreiheit, eine wahre Despotie zusammenkonstruiren. Selbstbestimmung, freieste Selbstbestimmung, ist die höchste Zierde des wahrhaft freien Menschen, eine Selbstbestimmung, die immerhin des Gesetzes strenge Fessel nicht verschmäht, weil sie sich noch viel strengere Normen für das sittliche, soziale und politische Verhalten auferlegt, als je ein staatliches

Gesetz es für die große Masse könnte, die Normen eines Grades von sittlicher Selbstzucht, von welchem unser Walthar von der Vogelweide schon nachrühmte:

„Wer schlägt den Leu'n, wer schlägt den Riesen,

„Wer überwindet Den und Diesen?

„Das thut der, der sich selbst bezwingt!“

und Paul Flemming:

„Wer sein Selbst Meister ist und sich beherrschen kann,

„Dem ist die weite Welt und Alles unterthan.“

Und Ihr Freunde und Berather des Volkes in andern Lagern, die Ihr es nicht minder wohl meint, gründet hundert und tausend Vereine und Rügen und Kassen und was sonst noch Alles, oder predigt Liebe und Wohlthätigkeit und Gemein Sinn und was sonst der schönen und lieben Dinge und Werke mehr sind, oder verbreitet Bildung und Wohlstand, die nach Eurer Meinung auch zur Freiheit führen sollen — Euch rufen eine Reihe Dichter in allen Tonarten entgegen: Wahrhaft frei ist der Mensch doch erst, nicht wenn er gebildet und wohlhabend, sondern wenn er besser ist, und hierzu bleibt Keinem, Euch wie ihnen, das Kämpfen und Ringen mit dem überlieben Selbst, die Selbstbeherrschung, das Stellen der Selbstzucht unter die Selbstzucht erspart, das ist Gottes, das ist der Menschennatur Gesetz, und nur und allein es gebietet die „neue Liebeskraft“, nach welcher Ihr schreiet. „Selbst führen muß den Streich, wer frei sein will“ — meinte Byron, der freie Engländer, und unser Fichte sagte ähnlich: „Nur die Verbesserung des Herzens führt zur wahren Freiheit.“ Und gleich mit diesem Schiller: „Der sittlich gebildete Mensch, und nur dieser, ist ganz frei.“ Oder wieder Rückert:

„Befreie deinen Geist, dies ist dein höchster Hort,

„Doch wenn du ihn befreist, denk' an des Meisters Wort —

„Dies Wort: Verderblich ist, was deinen Geist befreit

„Und nicht zu gleicher Zeit Selbstherrschung dir verleih!“

Besser und gesitteter also, entsagungs- und willensstärker, charakter- und gefinnungsfester müssen wir werden, wo nicht, so führt uns unsere fortschreitende Bildung unaufhaltsam und rettungslos in die jähen Abgründe geistigen wie leiblichen Verfalls und gesellschaftlichen wie staatlichen Vanterotts! Das Rezept aber zu allen jenen Tugenden ist immer das gleiche, wie das zur Liebe und Freiheit: es heißt Entsagung; diese bittere Pille bleibt der kranken, nach Genesung suchenden Menschheit nicht erspart.

Die Volkswirthschaftler neueren Datums, von Adam Smith und den übrigen Manchestermännern an bis zur heutigen Stunde, schreien immer nur nach mehr Produktion und wähnen, der Menschheit Heil und der Völker Glück gegründet zu sehen, wenn die Produktion der menschlichen Bedürfnisse gesteigert wird; ja, eine Partei dieser unglückseligen Volksberather vertritt sogar die wie vom Antichrist in selbsteigener Person eingegebene Ansicht, daß Kultur und Glück der Menschheit um so mehr gefördert werden, um so höher und reicher ihre Bedürfnisse

sich steigerten! Die Thoren! Der Mensch ist um so reicher und glücklicher, je weniger er bedarf, und statt die Produktion und den Konsum zu steigern, sollte man nach der Weisen Sokrates und Cato und Lao-tse und nach Christi Lehre einzig darauf sinnen, der Menschen Bedürfnisse auf ein Geringes und Geringstes herabzusetzen, d. h. also den Konsum zu mindern und alle Produktion ausschließlich auf die nothwendigsten Bedürfnisse zu konzentriren.

Die Staatswirthschaftler neueren Datums aber, die bei den französischen Revolutionären in die Schule gegangen und die Auftritte der letzten Pariser Commune mit innerem Jubel und Entzücken begrüßt haben, sie möchten doch bedenken, daß Revolutionen nur unter einer Reihe ganz besonderer und höchst selten glücklich zusammentreffender Verhältnisse und Bedingungen von glücklichem Gelingen gefolgt sein können und daß eine der wesentlichsten Vorbedingungen solchen Gelingens, hundert andere gar nicht zu nennen, die ist, daß das Volk, welches revolutionirt, nicht bloß in seinen Geistern, sondern auch in seinen Leibern noch leidlich ur- und naturwuchsig gesund, einfach und nüchtern ist. Verweichlichten aber und genußsüchtigen, lasterzerfressenen Völkern, wie den heutigen europäischen, kann kein größeres Unglück begegnen, als eine Revolution. „Aus den Mördergruben und Unzuchthöhlen würden — so schrieb Rauße schon vor 30 Jahren prophetisch warnend, als hätte er die Scenen der Pariser Commune 1870 mit geistigem Auge vorausgesehen *) — die Raubthiere stürzen, die Marat und Collot d'Herbois und ihre Röcke purpurn färben im Blute der Völker!“ Oder — was noch schlimmer — die Zuchtruthe der Cäsaren würde über sie geschwungen, bis sie unter frivolem Bauchesdienste in den Tempeln des Bacchus und der Venus ihr politisches Dasein aushauchten!

Drum — fahren wir wieder mit Rauße's Worten fort —: „Wer es ehrlich meint mit den Königen, ohne an der Kette des Servilismus zu liegen, der sagt ihnen ehrlich, wie arm und krank ihre Völker sind und wie Vieles zu thun ist für die armen kranken Völker! Und wer es ehrlich meint mit den Völkern, ohne die rothe Mütze aus Phrygien zu tragen, der sagt ihnen offen, daß das meiste Elend aus ihnen selber kommt und nicht von oben; der gemahnt sie zur Tugend und Mäßigkeit, statt zur Revolution und Entfesselung verderbter Begierden.“

Alles Glück also — auch Rauße sagt's uns wieder — wurzelt, wie alles Elend, in uns selber, in unserm eigenen Leibe und seinen Bedürfnissen und Begierden, in seinen Lüsten und Gelüsten, und wer diese nicht zügelt und regelt von ihren ersten Anfängen an, in der Art und Weise der Hungerbefriedigung, der mag planen noch so ideal, er wird ewig nicht fertig. „Der Mensch ist, was er ißt“ und „alle Kultur geht vom Magen aus“!

Hat der Vegetarianismus auch eine weitergehende Bedeutung, als bloß die der Art und Weise der Ernährung, der Hunger- und der Magenbefriedigung — er bedeutet wirklich voll und ganz die rechte Lebenskunst nach allen drei

*) J. G. Rauße, Miscellen. 5. Aufl. Leipzig. 1858. II. Abth., Kap. 17.

Richtungen, des Leibes, des Geistes und des Herzens — so legt er doch den Grund, auf welchem er das Leben aufbaut, zu allernächst auf den Leib und dessen stoffliche Ernährung, und hier fordert er zuvörderst, daß das Fleisch und überhaupt alle blutige Nahrung ausgeschlossen bleibe. Warum? sollen nachfolgende Blätter lehren.

„Die reine Liebe ist ihrer Natur nach Mitleid und jede Liebe, die nicht Mitleid ist, ist Selbstsucht“ — meint Arthur Schopenhauer. Was aber ist mehr geeignet, das Mitleid schon in der kindlichen Seele frühzeitig zu erlöschen, als der Thiermord einzig zwecks Gaumenlust und bauchlicher Genüsse, als der tägliche Anblick von Leichentheilen, vielleicht selbst von vorher lang und lieb gehegten und gepflegten und nun herzlos hingeschlachteten Hausthieren? Mit allem Recht drang deshalb auch Jean Paul in seiner *Levana* (6. Bruchstück, Kap. 3, Bildung zur Liebe) darauf, daß das Kind alles thierische Leben heilig achten lerne. Und gleicherweise ruft Rousseau in seinem „*Emil*“ die schönen Sätze Plutarch's über die pythagoräische, d. h. fleisch- und blutlose Ernährungsweise an, zur Fernhaltung aller fleischlichen Kost vom kindlichen Eßtische auffordernd. Schon allein dieser sittliche und sittigende Werth des Vegetarianismus sollte genügen, ihn als das erste und wesentlichste Heilprinzip zur Lösung der sozialen Frage auf die Tagesdiskussion zu setzen, der vielen anderen Vortheile für die Gesundheit des Leibes und der Seele, die diese Blätter noch hervorheben werden, gar nicht zu gedenken!

Eine ausführliche oder gar erschöpfende Besprechung des Vegetarianismus kann ich hier in diesem kleinen Büchlehen natürlich nicht bringen, ein Mehreres über den Vegetarianismus bieten die auf der Schlußseite angeführten Schriften. Wer sich aber ein maßgebendes Urtheil bilden will, der lese nicht bloß, sondern der versuche und übe den Vegetarianismus, und nicht für Wochen bloß, sondern mindestens für Monate und auf reinem Beobachtungsfelde, unter Fernhaltung aller störenden Verhältnisse und Bedingungen. Nur dann erst urtheile er, denn nur der Versuch, der praktische Versuch, kann entscheiden. Bekanntlich ist eben nach Alfred Meißner:

„Alles Eitelkeit und Feigheit,
Was nicht praktischer Versuch ist.“



Der Vegetarianismus

und seine
wissenschaftliche Begründung.

Von
Professor Dr. Med. Trall in New-York.

Ein Gegenstand, welcher der herrschenden Meinung so scharf gegenüber steht, mit den bestehenden Interessen und Beschäftigungen so sehr in Zwiespalt tritt, und in Betreff der Gewohnheiten, Sitten, Erziehung und sonstigen Zugehörigkeiten der Gesellschaft so wenig zusammengehörig erscheint, kann unmöglich in ernstliche Erwägung gezogen werden, ohne auf die lebhaftesten Widersprüche zu stoßen; darum darf man für ihn nicht auf baldige große Popularität rechnen.

Die größten Wahrheiten sind von jeher bei ihrem ersten Auftreten die unpopulärsten Dinge gewesen. Bei dem rastlosen Streben der Welt nach unmittelbarem Gewinn, bei ihrem wahnsinnigen Verlangen nach Gold und bei ihrer unersättlichen Gier nach rauschenden Vergnügungen werden sich nur Wenige dazu verstehen, auf Beweisführungen zu lauschen, und noch Wenigere werden Lebensgewohnheiten annehmen, welche einem kranken Appetit Zügel anlegen und eine Zeit lang starke Selbstbeherrschung und strenge Selbstverleugnung erfordern. Diese beiden Tugenden werden entbehrlich, sobald eine sittliche Ueberzeugung Platz greift und als Folge davon Ekel vor leichenhaften Genüssen eintritt.

Ich halte den Vegetarianismus für eine reformatorische Bewegung, deren Wichtigkeit kaum übertrieben werden kann. Die Annahme einer ausschließlich vegetabilischen Diät betrachte ich jedoch nicht als das Ende oder die Vollendung einer großen und wohlthätigen Veränderung im Charakter und Zustande der Gesellschaft, weil eine vegetabilische Diät sehr unphysiologisch und darum ungesund sein kann; aber ich halte sie für einen großen und nothwendigen Schritt in der rechten Richtung — als den Anfang der wahren diätetischen Reform.

So lange den Menschen die Befriedigung eines verderbten Appetits und anderer sinnlicher Triebe als eigentlicher Lebenszweck erscheint, werden sie sich aus den bestrickenden Fesseln eines untergeordneten gesellschaftlichen Zustandes nicht befreien können.

Sie werden die höhern Zwecke und Bestimmungen des Menschenlebens nicht mit dem klaren Blicke eines geläuterten Geistes betrachten und darum ihre Beziehungen zur Außenwelt sehr leicht verkennen. Aber man gewähre dem Menschen diese Ueberlegenheit; man befreie ihn von seiner Gier nach den Fleischköpfen; man reinige ihn völlig von seinem Blutgeschmack; man belehre ihn, daß er niemals zum Haupt=Schlächter der Erde geschaffen worden und daß sein Magen niemals zur Grabstätte thierischer Leichen bestimmt war; man mache ihm begreiflich, daß er in seiner ursprünglichen Würde und mit seinen gottähnlichen Eigenschaften wohl zum Herrn, nicht aber zum Verwüster der Schöpfung eingesetzt worden; daß sein hoher Beruf ihn zum Schutze, nicht zur Vernichtung des Vorhandenen bestimmt; daß er die Thiere beherrschen, nicht aber rauben und tödten sollte und daß seine Bestimmung darin besteht, die Erde zu bewältigen und zu bebauen, nicht aber die Thiere aufzuziehen, um sie schließlich zu verschlingen; — dann werden sein Körper und sein Gehirn, sein Geist und seine Seele — alle Kräfte seiner stofflichen und geistigen Natur — die aufstrebende höhere und bessere Richtung nehmen.

Der Vegetarianismus muß allen andern gesellschaftlichen Reformen zur Grundlage dienen; ohne seine Mitwirkung werden sie immer nur theilweisen und vorübergehenden Erfolg erzielen. Man schwache über Politik, Handel, Schifffahrt, Armeen, Annexionen und Secessionen, Unionen und Constitutionen! Was haben sie alle für Werth im Vergleich zur hochwichtigen Frage der Speisen und Getränke?

Sie haben in der That etwas — vielleicht viel — mit dem allgemeinen Wohl zu thun, aber auf die individuellen Zustände kommt doch Alles an, weil der Charakter und die Institutionen (Gesetzgebung, Staatsform etc.) einer Nation von dem Charakter der Einzelnen abhängen, welche die Nation zusammensetzen und die Einrichtungen schaffen. So finden politische Verbesserungen und wirkliche Fortschritts=Bewegungen gewiß in der Brust jedes Staatsbürgers ihren Wiederhall, aber keineswegs berühren sie sein individuelles Wesen in demselben Grade, wie es seine leiblichen Bedürfnisse thun.

„Ein gesunder Geist in einem gesunden Körper“ ist nicht nur für alle politischen, sondern auch für alle menschlichen Bestrebungen der wünschenswerthe Zustand.

Die Nahrung ergänzt die Grundstoffe unserer Gewebe. Wir sind buchstäblich aus dem gemacht, was wir essen. Unsere geistigen Kundgebungen hängen von der Eigenschaft unserer körperlichen Zustände ab. Ganz nach unserm Küchenzettel wird sich der Zustand des Hauses, in dem wir leben, richten; von ihm hängt die Körperhülle des unsterblichen Geistes ab, den wir nach seiner Bestimmung rein und unbefleckt erhalten sollen.

Die Geschichte, welche die Philosophie durch Beispiele lehren soll, erzählt uns, daß alle Nationen der Erde je nach ihrem diätetischen Verhalten gestiegen oder gefallen sind.

Everett weist in seiner beredten Erwiderung an Carl Grey zur Vertheidigung unserer freien Institutionen die Angriffe des edlen Carl zurück und entrollt ein Bild unserer republikanischen Regierung, unserer kräftigen Entwicklung, unseres rapiden Bevölkerungszuwachses, unserer ungeheuern Vändereien, unseres aufgehäuften Wohl-

standes, unserer unvergleichlichen Schulen, unserer beispiellosen Hilfsquellen und unserer erstaunlichen Fortschritte in Wissenschaft, Literatur, Ackerbau und mechanischen Künsten.

Alles ganz gut, aber Everett konnte noch hinzufügen, daß Rom gerade vor seinem Falle groß und reich, mächtig und volkreich, intelligent und der Patron der Künste und Wissenschaften war. Griechenland war auch einmal groß, mächtig, ruhmvoll; aber wo ist es jetzt? Viele Nationen haben Wohlstand, Macht und Verfeinerung nur erlangt, um sich einem schwelgerischen Leben in die Arme zu werfen. Sinnlichkeit und Zerstreuung folgten; Verweichlichung des Körpers und Geistes mit höchstem Eigennutz traten dann zu Tage und der Fall war schließlich unvermeidlich. Unter solchen Umständen mußte sich das Volk in zwei Klassen theilen — in Demagogen und Despoten einerseits und in Leibeigene und Untergebene andererseits *).

So sind alle berühmten Nationen des Alterthums untergegangen. So befinden sich jetzt Nationen auf dem Rückwege zur Barbarei, welche einst groß, wohlhabend und mächtig gewesen sind.

Nein, nicht Wohlstand, nicht Macht, nicht Bevölkerung, nicht Intelligenz, oder alles zusammen, kann einem Volke oder einer Nation dauerndes Gedeihen sichern. Nein, nein. Es ist Gesundheit — **Gesundheit!** allein.

„Man mache die Menschen gut und sie werden glücklich sein“, sagt das Sprichwort. „Man mache die Menschen glücklich und sie werden gut sein“, ist eben so wahr. Aber man mache sie gesund und sie werden **sowohl gut als glücklich** sein.

Die Gesundheit der Individuen sichert das Bestehen des Ganzen, des Staates. Sie bringt Zusammengehörigkeit und Uebereinstimmung in Alles, was die wundervolle Maschinerie des lebenden Organismus, die Constitution des ganzen Menschenwesens betrifft.

Die Bevölkerung eines Staates kann groß oder gering, reich oder arm sein, und großen oder kleinen Länderbesitz haben, aber sie wird so lange aushalten und gedeihen, so lange sie die Gesundheit und ihre Folgen — Kraft und den ursprünglichen Körperzustand der Individuen — aufrecht erhält. Und was hat mit diesen Bedingungen mehr zu thun, als Essen und Trinken?

Worin besteht nun der Grundsatz unseres vegetarischen Glaubens? Die Be-
weise für und gegen können von verschiedenen Standpunkten aus beleuchtet werden.

Manche Personen sind Bibel-Vegetarianer. Sie glauben, daß dieses Buch diese Lehre stütze und beweise.

Anderer sind wissenschaftliche Vegetarianer. Sie glauben, daß die Natur sie lehrt.

Wieder Andere sind Vegetarianer aus Wohlwollen. Sie halten den Thiermord um der Nahrung willen für ungerechtfertigt und grausam. Sie können an einen Weltfrieden nicht glauben, so lange das Schlachten der Thiere nicht aufhört.

Noch Andere sind ästhetische Vegetarianer. Sie können das Edle und Schöne

*) Man vergleiche: Hahn, Praktisches Handbuch der naturgemäßen Heilweise, I. Abth. S. 81.

der Menschennatur nur unter Umständen erblicken, welche die Gräuel der Schlachthäuser vollständig ausschließen.

Weiter giebt es ökonomische Vegetarianer. Sie gewahren in der Enthaltbarkeit von thierischer Nahrung eine ungeheure Ersparniß an Bodenfläche und an Abnutzung menschlicher Maschinen, so wie eine große Verminderung schwerer und gemeiner Arbeit.

Anderer noch sind Vegetarianer aus Erfahrung. Sie haben bemerkt, daß die Vegetarianer bei ihrer Kost sehr wohl bestehen und ihre Gesundheit verbessern, und machen oft nur einen Versuch, um zu sehen, wie das Pflanzen-Regime mit ihrer Constitution übereinstimmt. Leider fangen sie es häufig nur mit halber Ueberzeugung und gleichsam mit der Absicht der Wiedenumkehr an, und in kurzer Zeit sind diese Schwächlinge in die alte Gewohnheit zurückgefallen.

Endlich sind noch Andere Vegetarianer aus Nothwendigkeit. Diese Klasse ist überhaupt die zahlreichste. Sie sind meistens Kranke, welche sich der Wassertur und in Verbindung damit auch der Diätur unterwerfen. Ohne Annahme einer streng einfachen und genau vegetarianischen Diät können sie nicht wieder genesen und viele von ihnen selbst nicht viel länger leben. Obwohl diese Personen immer mehr oder weniger Wohlthat aus dieser Lebensweise erlangen, empfehlen sie doch nicht sonderlich unser System dem Publikum. Gewöhnlich der schlechtesten Klasse von Kranken angehörend, — viele von ihnen besitzen nur noch Reste zerstörter Constitutionen — stehen sie als Vegetarianer da und sind doch die elendesten Geschöpfe der Welt. Obwohl diese Leute nur der Pflanzenkost die Erhaltung ihres Lebens verdanken und nur unter ihren Sonnenblicken ihr Dasein weiter fristen, sieht sie der hartnäckige und kurzichtige Fleisheßer gern als Vollblut-Vegetarianer an und weist scharf auf sie als auf die abschreckenden Beispiele der fleischlosen Kost.

Es gibt jedoch noch ein nennenswerthes Beweismittel. Das meinige ist das der Wahrheit. Der Vegetarianismus ist wahr. Aus diesem Grunde nahm ich ihn an, und ich halte diesen Beweggrund schon allein für gewichtig genug.

Wenn Natur und Wissenschaft wahr sind, wenn Wohlwollen und Schönheit, Oekonomie, Gesundheit und Erfahrung wahr sind, müssen sie alle mit meiner Beweisführung übereinstimmen. Und wie geschieht dies und welches sind die hiefür sprechenden Thatfachen?

Ueber den Bibel-Beweis kann ich kurz hinweggehen. Wenn der streng-bibelgläubige Fleisheßer seine barbarische Kost durch Bibel-Citate rechtfertigen zu können glaubt, muß dieses Buch jedenfalls eine sehr verschiedene Auslegung zulassen, weil sich im Anfange unsers Jahrhunderts in Manchester eine Gemeinde unter dem Namen der „Bibel-Christen“ constituirte, welche in Folge ihrer Auffassung der göttlichen Gebote das Fleisch von ihrer Nahrung völlig verbannte *). Diese Gemeinde steht heute lebens-

*) Die Bibel als Glaubensbuch sollte nicht zu einem Handbuch der Geologie oder Physiologie oder Zoologie oder Anatomie herabgewürdigt werden, wie es neuerdings so oft versucht werden will. Sie stellt indeß den Fleischgenuß erst nach dem Abfall des Menschen von seiner Naturgesetzmäßigkeit und Gottähnlichkeit als Gebot auf (1. Buch Moses C. 9 V. 3). Will also nach der Bibel der Mensch sich den paradiesischen, sünd-

kräftiger denn jemals da, weil sich inzwischen noch Wissenschaft und Erfahrung zur Bewahrheitung ihrer Grundätze innig verbunden haben.

Wie uns Chemie und Physiologie lehren, wird aller nährende Stoff im Pflanzenreiche gebildet. Diese große Wahrheit stellt die Frage des Vegetarianismus für immer auf die wissenschaftliche Basis, von welcher sie durch die Trugschlüsse der Unwissenden und Sophisten nicht verrückt werden kann.

Keine thierische Organisation kann Nahrung irgend welcher Art schaffen oder bilden. Das Thier kann nur den nahrhaften Stoff des Pflanzenreichs benutzen oder sich aneignen. Das Pflanzenreich bildet die Vermittlung zwischen dem Mineral- und Thierreich. Das Pflanzenreich schafft oder mischt aus den Elementen der unorganischen Welt die Nahrungs-Grundstoffe, wie Salze und Erden, Eiweiß, Käsestoff, Faserstoff, Gummi, Zucker, Stärke u. s. w. Diese Nahrungs-Grundstoffe sind in ihrem getrennten Zustande keine eigentliche Nahrung; sie sind bloß die unmittelbaren Nahrungs-Elemente. Eine gute Mischung dieser Nahrungs-Grundstoffe findet man im Getreide, in der Kartoffel, im Obst &c. Alle diese unmittelbaren Nahrungs-Elemente (Grundstoffe) werden vom Pflanzenreiche in organische Form gebracht.

Diese Thatfachen erklären zugleich den Irrthum der Aerzte, welche Krankheiten dadurch zu heilen glauben, daß sie das Körper-System mit unorganischen oder chemischen Elementen, oder mit thierischen Ausscheidungen versehen, um die Gewebe zu ernähren. Sie wählen dazu Eisen-Präparate, Phosphate oder unterphosphorsaure Salze, Kalk, Magnesia und Soda, Leberthran und andere Arten sogenannter „Blut-Nahrung“. Sie verfehlen natürlich ihren Zweck vollständig, denn die Natur verabscheut eine solche Methode. Der thierische Organismus wird unorganische Elemente oder Mischungen, oder unfruchtbare Stoffe irgend welcher Art nicht aufnehmen und kann es nicht. Sie müssen zuerst auf ihre ursprünglichen Elemente zurückgeführt und dann durch das Pflanzenreich gemischt werden.

Der Wahnglaube, das menschliche System durch Befruchtungsmittel heilen zu wollen, etwa wie wir den Acker düngen, ist ein heillosen Irrthum der Mediziner — ein Irrthum, welcher die Menschenfamilie heerdenweise in vorzeitige Gräber treibt und die

losen, uns von Gott gegebenen Zustand zurückerobern, so hat er dem Fleischgenuß unbedingt zu entsagen. Ausdrücklich heißt's im 1. B. Mos's C. 1 V. 9, im 2. C. B. 16 und im 3. C. B. 17, 18, 19 und 23 von den Saamen, Früchten und Kräutern, daß sie dem Menschen als Nahrung angewiesen seien und im 3. C. B. 21 wieder ausdrücklich nur von den Thierhäuten, daß sie ihm zur Kleidung dienen sollten. Die Aussprüche des neuen Testaments (vergl. z. B. 1. Cor. C. 10 V. 25 und folgende) verhalten sich nur mehr passiv, duldend gegenüber dem Fleischgenuß bei den Heiden. Gleich wie Christus in so vieler Beziehung reinigend und umändernd auf die Sagenen des Alten Testaments einwirkte, so ersetzte er auch den blutigen Thiermord des Osterlammes als jüdisches Symbol der Veröhnung mit Gott durch den Genuß des unblutigen, Gott wohlgefälligeren Brodes mit den Worten: „Dies ist mein Fleisch; nehmet's hin und esset's!“ Und Solches that er, trotzdem (oder wohl gar weil?) Fleisch vom Osterlamm doch vor ihm stand. Christus wollte eben die christliche Feier der Veröhnung mit Gott nicht durch Blut und Mord beflecken und entheiligen lassen.

Der Herausgeber.

Constitutionen Derjenigen untergräbt, welche durch dieses wahnsinnige Verfahren nicht ganz gebrochen werden konnten.

Thiere können sich von andern Thieren, und Menschen von andern Menschen oder von Thieren nähren, aber die einmal schon thierisch gebrauchte Nahrung ist für den Menschen schon mehr oder weniger verändert, verschlechtert. Das Fleisch, Blut und Fett der Thiere enthält mehr oder weniger unfruchtbare oder verbrauchte Stoffe, sowie krankhafte Ausscheidungen, erkrankte Produkte oder zufällige Gifte oder Unreinigkeiten, welche sich gelegentlich einschleichen. Da nun das Thier Nichts liefert, was es nicht dem Pflanzenreich entlehnt, werden wir unwiderstehlich zu dem vernünftigen Schlusse gedrängt, daß wir, wenn wir die beste und reinste Nahrung haben wollen, sie direkt aus dem Pflanzenreich, nicht indirekt durch einen thierischen Organismus nehmen müssen.

Obwohl der Vegetarianismus auf wissenschaftlicher Wahrheit beruht, sind nichts desto weniger Männer der Wissenschaft voller Einwürfe dagegen; zu ihnen gehören ganz besonders die orthodoxen Mediziner, wie Orthodogie und Bopf überall gleichbedeutend ist *).

Man möchte vernünftiger Weise erwarten, daß die Aerzte, deren Beruf ein Vertrautsein mit der Naturgeschichte, Anatomie, Physiologie und Chemie erfordert, einstimmig auf Seite des Vegetarianismus stehen müßten, aber so befremdet es klingen mag, sie sind fast einhellig dagegen und mit ihren Einwürfen kommen sie zu keinem Ende **).

Nun habe ich die größte Achtung für den Stand des Arztes und genieße selbst die Ehre, ihm anzugehören. „Die göttliche Kunst des Heilens“ habe ich nach allen regelrechten Erfordernissen mir angeeignet und glaube deshalb mit vollstem Rechte diesem Berufe anzugehören.

Ich fordere alle Aerzte der Welt auf, mir nur einen einzigen Grund, eine Thatsache oder ein Beweismittel zu Gunsten des Fleischeckens anzugeben, der auf wissenschaftlicher Grundlage beruht. Ich fordere sie auf, einen einzigen Einwurf gegen den Vegetarianismus zu bieten, der auf Wissenschaft gegründet wäre. Mögen sie hervortreten,

*) Liebig und Moleischott sind als Chemiker und Physiologen theilweise freisinnig und sehr freisinnig, theilweise orthodox. Als Mediziner — beide sind studirte Mediziner — sind sie orthodox und strenggläubig, wahrhaft mittelalterlich strenggläubig. Beweise dafür liefern zahlreiche Belegstellen ihrer Schriften.

Der Herausgeber.

**) Glücklicher Weise — für unsern Zweck wenigstens — genießen die Mediziner durch ihre beständigen Mißerfolge, durch ihre Unsicherheit und durch ihr fortwährendes Umhertappen im Gebiete der Heilmittellehre so wenig Vertrauen bei dem einsichtigeren Publikum, daß ihr Urtheil in dieser Sache von sehr geringem Belang ist. Fast auf jedem Gebiete der Wissenschaft oder des sozialen Lebens gehen die Reformen von Laien aus. Wer eine Anzahl nicht sehr schmeichelhafte Aussprüche medizinischer Autoritäten über ihren eigenen Stand nachlesen will, laufe sich: „Das Sündenregister der Medizinheilkunde“ (Mag. f. Literatur in Leipzig. Preis 15 Sgr).

Der Herausgeber.

wenn und wo es ihnen beliebt. Wir sind zu jeder Zeit und an jedem Orte für diese Erörterung bereit.

Von der Presse werden wir fast gänzlich mit Stillschweigen übersehen. Das Fleisshessen ist herrschende Sitte, der Vegetarianismus ist unbeliebt. Unsern medizinischen Gegnern gestattet man, alles Mögliche gegen unsere Sache vorzubringen, und leichtfertige Zeitungs-Korrespondenten dürfen zum großen Ergötzen der meisten Leser Spott und Lächerlichkeit auf uns häufen, während man uns das armselige Recht versagt, zur Vertheidigung oder Erklärung einer Sache, die wir für die Befreiung der menschlichen Race für so wesentlich halten, auch nur ein Wort vorzubringen, wenn wir nicht dafür bezahlen, und zwar aus dem einfachen Grunde, weil unsere Sache unbeliebt ist. Vor Kurzem wurde in einem New-Yorker Blatte — The World — bezüglich eines Mannes, Namens Martin (welcher lange von einer ausschließlichen Frucht-Diät lebte und vor einiger Zeit ein großes Boot von Boston nach New-York gerudert hatte), die Behauptung aufgestellt, daß ungeachtet der außerordentlichen Kräfte und Ausdauer des Martin die Wissenschaft, die Bibel und die Erfahrung den Menschen als ein natürlich fleisshessendes Thier hinstelle. Ich schrieb eine kurze Erwiderung an den Herausgeber, in welcher ich darlegte, daß ich diesen Gegenstand vollständig geprüft hätte und völlig überzeugt sei, daß Wissenschaft, Bibel und jede richtig verstandene menschliche Erfahrung den Fleisshgenuß für den Menschen als unnatürlich verwerfen, und daß ich gern bereit sei, seinen Lesern in einem kurzen Bericht die bezüglichen Thatfachen vorzuführen. Mein Anerbieten wurde abgelehnt. Als Grund wurde angegeben, daß eine öffentliche Erörterung der Frage wahrscheinlich Niemandes Ansicht oder Lebensweise ändern würde. Von solchen vorurtheilsvollen und parteiischen Zeitungsredaktoren geht die Bildung der öffentlichen Meinung aus*).

Ich kann nun zu einigen Haupt-Einwürfen übergehen, welche von Medizinern vorgebracht werden.

Erstens. Sie sagen, daß Pflanzenkost nicht nahrhaft genug sei. Die Chemie aber beweist das Gegentheil. Physiologie und Erfahrung thun dasselbe. In der That kann bewiesen werden, daß viele Fruchtgattungen fast ebenso nahrhaft sind, als das Fleisch, daß viele Vegetabilien ihm an Nahrhaftigkeit gleich kommen und daß alle Getreidearten um Vieles nahrhafter sind als das Fleisch. Angesichts der Thatfache, daß die härteste Arbeit von solchen Menschen verrichtet wird und immer verrichtet wurde, welche am wenigsten thierische Nahrung genießen, und trotz der Thatfache, daß kein fleisshessendes Thier anhaltende und strenge Arbeit zu leisten vermag, behaupten sie doch, daß Menschen nur durch Fleisshgenuß andauernde Kraft erlangen können. Ich

*) Der Herausgeber dieser Blätter bezeugt seinerseits ebenfalls, daß er seit der Zeit, daß er den Vegetarianismus wissenschaftlich vertritt, seit vollen 10 Jahren, noch keinen einzigen vernünftigen, haltbaren Grund gegen den Vegetarianismus von seinen Feinden und Gegnern, und eben so noch keinen einzigen stichhaltigen, wissenschaftlichen Grund für die Fleisshkost und den Kannibalismus aus Mediziner Munde vernommen hat. Was sie vorbrachten, waren einige Scheingründe, sehr viel Blödsinn und unendlich viel Gaumen-, Bauches- und Fleissheslust.

möchte sie das Experiment versuchen lassen, einem Löwen, oder einem Tiger, oder einer Hyäne die Arbeit eines Ochsen, eines Kameels oder eines Maulesels aufzubürden. In der ganzen Welt treffen wir auf Menschen von außergewöhnlicher Kraft und Ausdauer, welche überhaupt keine thierische Nahrung genießen. Ferner: die größten und stärksten Thiere der Welt sind Pflanzensresser — der Elephant und das Rhinoceros *).

Zweitens. Die Mediziner sagen uns, daß thierische Nahrung leichter verdaulich sei, als vegetabilische. Hier sind sie wieder im Irrthum. Es ist wahr, daß manche Arten vegetabilischer Nahrung im Magen nicht so schnell aufgelöst werden, wie gewisse Artikel thierischer Nahrung; aber dennoch wird die gewöhnliche Pflanzenkost im Magen leichter verdaut, als die gewöhnliche thierische Nahrung. Auflösung ist eben noch nicht Verdauung. Dr. Beaumont's berühmte Verdauungs-Experimente will ich hier ganz außer Acht lassen. Die Verdauung ist ein verwickelter Prozeß. Die Nahrung muß zuerst im Munde zerkaut und eingespeichelt, im Magen chymifizirt, zu Speisebrei, in den Eingeweiden chylifizirt, zu Speisefast verarbeitet, durch die Milchgefäße aufgesaugt, durch die Gefäßdrüsen ausgearbeitet und in den Lungen gelüftet werden, bevor sie sich zur Assimilation mit den Geweben eignet. Ob sie die verschiedenen Abschnitte des Verdauungs-Prozesses langsam oder schnell verläuft, ist im Vergleich zur Qualität des Stoffes, den sie schließlich liefert, von sehr geringem Belang **).

Epikuräer bewahren zuweilen ihre Fleischnahrung so lange auf, bis sie theilweise faulig wird. Sie wird dann „reif“ genannt und hat einen starken Moschus-Geruch, der ihnen gefällt — den fumet, wie ihn Professor Dunglison nennt, welcher eben nur der Geruch der beginnenden Fäulniß oder Zersetzung ist. Sie wird dann leicht zerkaut und im Magen schnell aufgelöst, aber keineswegs leicht verdaut, was durch das Gefühl von Schwere und Hitze um den Magen mit Neigung zu Mattigkeit oder Schlaf erwiesen wird und einige Zeit nach dem Essen anhält. Diese Hitze und Fieberhaftigkeit haben die Aerzte, in der irrthümlichen Meinung, es sei ein normaler Zustand, als das „Verdauungsfieber“ bezeichnet. Es ist jedoch das Unverdaunungsfieber. Eine gute Verdauung weiß nichts davon und Vegetarianer sind ihr niemals unterworfen.

Drittens. Die Mediziner behaupten, daß thierische Nahrung mehr „wärmebildend“ sei als Pflanzenkost, darum müßten wir in einem kalten Klima viel Fleisch genießen oder zu Tode frieren. Ich habe diese Calorifikations-Nahrungs-Theorie der modernen Chemiko-Physiologen geprüft und bin zu dem Schlusse gelangt, daß sie ein weiterer Irrthum ist. Ihren Ursprung verdankt sie Liebig, welcher den Alkohol „Athmungs-Nahrung“ nennt. Liebig und seine Nachfolger und fast der ganze medi-

*) Zahlreiche Belege zu diesem Satz findet man in: Hahn, Naturgemäße Diät, S. 230 und folgende. Cöthen, P. Schettler.

**) Die wissenschaftlich aufgefundene und voll beglaubigte Thatjache spricht indeß auch hier wieder zu Gunsten der vegetarianischen Nährweise. Man findet zahlreiche Belege hiezu wieder in: Hahn, Naturgemäße Diät, sowie in der vom gleichen Verfasser seit 1867 herausgegebenen Zeitschrift: Der Naturarzt, namentlich im Jahrgang 1867 (Berlin, Th. Grieben).

zinische Stand in der weiten Welt haben einen sehr eigenthümlichen, ich hätte bald gesagt, einen sehr lächerlichen Mißgriff begangen — einen Mißgriff, dessen Absurdität in den Annalen der Wissenschaft nichts Aehnliches wieder kennt. Sie haben einen Krankheits-Prozeß irrthümlich für einen Ernährungs-Prozeß gehalten! Sie haben die fieberhafte Anstrengung, welche den vitalen Widerstand und die Ausstoßung eines Giftes aus dem System begleitet, fälschlich für eine Verdauungs-Arbeit gehalten! Sie haben einen Reiz-, einen hyperämischen, einen Entzündungs-Zustand der Magenschleimhaut, einen alltäglich sich wiederholenden Magenkatarrh, ein nach jeder Fleischmahlzeit sich bildendes **Indigestionsfieber** als Assimilation ausgelegt! Sie haben Mißbrauch für Nießbrauch angesehen. Sie haben eine krankhafte für eine normale Thätigkeit mißverstanden! Sie haben einen Prozeß, welcher den Organismus nach und nach verwüstet und zerstört, mit einem Ergänzungs- und Erhaltungs-Prozeß verwechselt! Mit einfachen Worten: sie haben **ein Gift für Nahrung gehalten!** und die Thätigkeit, welche das Gift ausstößt, für einen Prozeß, welcher es aneignet. Dieser Irrthum ist für alle Reformen der Welt sowohl, als für Gesundheit und Leben der menschlichen Gesellschaft von der nachhaltigsten und gefährlichsten Wirkung gewesen.

Wenn die Mediziner sagen, daß der Alkohol „Athmungs-Nahrung“ sei und als solche die thierische Wärme unterhalte, so sage ich ihnen, daß das Klapperschlangengift eben so sehr Athmungs-Nahrung ist, weil es in seinen Beziehungen zu den vitalen Funktionen nicht giftiger auftritt, während es ein heißeres Fieber als Alkohol verursacht.

So geschieht es, daß Diejenigen, welche die höchsten Sitze der Gelehrsamkeit einnehmen, welche die Wissenschaft in die Welt schicken und deren Ausspruch den großen Massen des Volks als Gesetz gilt, für die Sache der Mäßigkeit und der Gesundheits-Reform die größten Hindernisse bieten.

Wenn die Mediziner der Welt ernsthaft erklären, daß thierischer Stoff die eigentlich „wärmebildende“ Nahrung in kalten Klimaten sei, so scheinen sie nur zu verweisen, daß die eigentlichen Carnivoren hauptsächlich die heiße Zone bewohnen. Wenn sie über diese Sache die richtige Ansicht hätten, würde die Natur einen häßlichen Fehltritt begangen haben, indem sie die Raubthiere nicht in kalte Gegenden versetzte. Sollte nicht der Zahnschmerz, welcher Bayard Taylor's Experiment mit einer fetten Diät in Lappland begleitete, und der Scorbut, welcher den unternehmenden Kane *) befiel und schließlich in tödtliche Schwindsucht warf, einen hinreichenden Wink abgeben, daß dieses „wärmebildende“ Fleisch und Fett immer nur die Ursache von Fieber und Entzündung statt der nothwendigen Temperatur gewesen, und statt gesunder und lebenskräftiger Elemente nur Krankheit und Tod eingepflanzt hat? Ferner: es gibt keinen Kohlenstoff oder andere chemische Elemente (denen hauptsächlich

*) Kane war Arzt, Mediziner; er starb, ein Opfer seiner unsinnigen Fleischtheorie.
Der Uebersetzer.

die Bildung der Körperwärme zugeschrieben wird) in irgend einer thierischen Nahrungsart, die nicht weit reichlicher in vegetabilischer Nahrung gefunden würden *).

Viertens: Die Mediziner lehren uns, daß thierische Nahrung stimulierender (reizender) sei. Hier stimmen wir ihnen herzlich bei, aber Stimulation und Ernährung sind zwei sehr entgegengesetzte Begriffe. In demselben Grade, als eine Nahrung reizt, nährt sie nicht, und so weit sie nährt, reizt sie nicht. Es giebt keinen so weit verbreiteten Irrthum auf Erden, als die Verwechslung von Reizung mit Ernährung. Er ist die ursprüngliche Quelle der heillosen Täuschung, oder vielmehr der Menge von Irrthümern, welche alle Nationen der Erde vom rechten Wege abbringen und sie mehr oder weniger der Schwelgerei und somit dem schnelleren Untergang in die Arme führen. Dieser fürchterliche Irrthum ist die Hauptursache aller Gefräßigkeit, aller Trunkenheit, aller Ausschweifung — ich hätte fast gesagt, auch alles Lasters und Verbrechens in der Welt **).

Was ist nun dieser Stimulus thierischer Nahrung? Wir wollen sehen, ob er sich nicht begreifen läßt. Was ist eine Stimulanz? Es ist ein Ding, welches die Lebenskräfte übergebührlich reizt und welchem die Lebenskräfte nur mit Anstrengung widerstehen und es auszustoßen suchen. Die Störung des Organismus, welche diesen Widerstand kundgiebt und eine Art Fieberhaftigkeit bildet, ist die Stimulation. Sie ist ein krankhafter Prozeß. Sie ist eine Krankheit und deshalb ein Zerstörungs-Prozeß. Medizinische Bücher enthalten eine Klasse von Medikamenten, welche sie Stimulantien nennen. Sie sind alle Gifte, und keine Nahrungsmittel. Zu ihnen gehören der Alkohol, Phosphor, Ammoniak, Cayenne-Pfeffer u. s. w. Alles, was dem Organismus fremd ist, kann lebenskräftigen Widerstand hervorrufen und in diesem Sinne wird es eine Stimulanz genannt.

Aber auf welche Weise stimulirt die thierische Nahrung? Sie enthält immer mehr oder weniger abgängige Stoffe — die Trümmer der verbrauchten Gewebe, die Nische des ausgenutzten Organismus — mit mehr oder weniger andern unbrauchbaren Stoffen. Diese Unreinigkeiten können im Organismus nicht verwendet und müssen deshalb ausgestoßen werden, und dieser Ausstoßungs-Prozeß, der bis zu fieberhafter Thätigkeit übergeht, dieser lebendige Widerstand ist die genaue Erklärung der reizenden Wirkungen thierischer Nahrung. So beweisen wir, daß thierische Nahrung ganz in demselben Verhältniß unrein, als sie stimulirend ist und deshalb verworfen werden muß.

*) Auch hierzu wieder zahlreiche Belege in Hahn, Naturgemäße Diät, sowie in dessen Zeitschrift: „Naturarzt“ 1867 und 1868.

**) Die Konsequenz, der Schluß, den Dr. Traill zu ziehen sich scheute — der Herausgeber folgert ihn unumwunden: Kein Verbrecher wird geboren, sondern erst erzogen. Schiller schon sagte, daß alle Schlechtigkeit in Schwäche begründet sei; alle Schwäche und Verweichlichung aber hat ihre Ursache in Genußsucht und vorwiegender Sinnlichkeit. „Unser Fleisch ist schwach“, sagt die Bibel; unsere Sinnen- und Fleischeslust aber machen es erst schwach! Und unser Geist wieder ist nur schwach, und unser Wille und unser Charakter, weil unser Fleisch schwach ist, schwach durch Genußsucht, durch Sinnenlust, durch die Freuden der fleischgedeckten Tafeln!

Der Herausgeber.

Alles, was sich zu Gunsten des Fleisছেens seiner stimulirenden Eigenschaften wegen anführen läßt, kann genau aus denselben Gründen zur Empfehlung des Brauntweintrinkens und Arsenikessens dienen.

Endlich: Die Mediziner erheben sich zu dem anatomischen Einwurf, und dieser bezieht sich hauptsächlich auf die Zahn-Bildung und Stellung. Und was läßt sich über die Zähne sagen?

Der Mensch, so versichert man uns feierlich, besitzt Fleischfresserzähne, darum ist er gewissermaßen gezwungen, „den Hund zu spielen“. Daß er sonst in oder um sein Gesicht etwas Unmenschliches besäße, wird nicht behauptet. In seiner Form oder seinen Gesichtszügen findet sich nichts Thierisches. Seine Hände scheinen besser geeignet, das lockende Obst abzupflücken und das wogende Korn einzusammeln, als lebendes Fleisch zu zerreißen. Er geht aufrecht mit aufwärts gewendetem Gesicht und kriecht nicht auf allen Vieren wie ein Raubthier, zum Sprunge bereit auf sein armes Opfer. Er windet sich nicht wie eine Schlange am Boden, um einen Frosch zu erschlagen; auch stellt er sich nicht lauernd in verborgene Ecken und dunkle Plätze, um ein schwächeres Geschöpf zu erwürgen und sich an seinem Blute zu stillen.

Wären es nicht diese Fleischfresser-Zähne, von denen wir so viel in medizinischen Büchern lesen, wir würden, wenn wir den Menschen bei seiner Mahlzeit sehen, wohl nicht die geringste mörderische Anlage in ihm entdecken.

Aber da sind sie, da sind die Hunds-zähne — in den Büchern nämlich. Lassen wir uns mit einem Mediziner in einen Streit ein, so werden wir kurz mit der Behauptung abgefertigt, daß der Mensch Zähne wie ein Schwein oder Hund besitze — also müsse er wie ein Schwein oder Hund morden und essen.

Ich kann den Vegetarianismus niemals gegen einen fleisছেessenden Mediziner erwähnen, ohne daß nicht als Krone des Ganzen das Zahn-Beweismittel angeführt und triumphirend ausgerufen wird: „Wozu wären denn die Hunds-zähne in unsern Kinnbacken, wenn nicht zum Fleisছেessen?“

Ich habe eine Antwort darauf. Sie befinden sich überhaupt nicht darin. Wenn sie wirklich in besondern Fällen vorhanden sind, muß es ganz zufällig sein. Sie würden keinen Theil der ursprünglichen Constitution des Menschen bilden. In Wahrheit aber bestehen sie überhaupt nicht; vorhanden sind sie nur in der Einbildung der Mediziner, in medizinischen Büchern und Journalen, in öffentlichen Zeitungen und in den Kinnbacken der fleisছেessenden Thiere.

Der Mensch kann aus dem einfachen Grunde keine thierischen Zähne besitzen, weil er kein Thier ist. Er ist mit geistigen Kräften begabt, welche ihn drängen, seinen Zustand von Geschlecht zu Geschlecht zu verbessern; sie heißen: Hoffnung, Idealität, Gewissenhaftigkeit u. s. w. Kein Thier besitzt auch nur die geringste Spur von solch geistiger Organisation. Deshalb ist der Mensch kein „höheres Thier“, sondern ein menschliches Wesen.

Und nun will ich den Zahn-Beweis weiter verfolgen. Hören mag zum Glauben veranlassen, aber Sehen erst ist Wahrheit. Ich fordere die Mediziner auf, ihre Zähne zu zeigen, d. h. ihre Kinnbacken zu öffnen und ihre Zähne sehen zu lassen. Ich werde

nich dann von ihren Behauptungen auf ihr Gesicht, von ihren Büchern und Schulen auf ihre eigene Anatomie berufen.

Gibt es eine Person, welche glaubt, daß sie in der Anatomie ihrer Zähne nur theilweise Mensch — daß sie ein Gemisch von Mensch und Thier sei? Mag ein Mensch hervortreten und seinen Mund öffnen, nicht um seine Fleischfresser-Natur zu be-
theuern, wohl aber um uns mit eigenen Augen sehen zu lassen, welche Art von Geschöpf er wirklich ist. Laßt uns sehen, ob er in seiner Erscheinung nicht ganz dem ewigen Weltengeiste gleicht, oder ob sich auch Züge der verschwindenden Thierwelt in ihm finden.

Wenn wir eine sorgfältige Prüfung anstellen, werden wir bald entdecken, daß der Mensch in Betreff seiner Zähne weder Raubthier noch überhaupt Thier ist; daß er in diätetischer Beziehung weder Schwein noch Tiger ist; eben so wenig ist er aber auch nur Grasfresser wie das Rindvieh, sondern einfach ganzer und ausschließlicher Mensch.

Es ist wahr, es bestehen einige Aehnlichkeiten zwischen den menschlichen Zähnen und den Zähnen der Raken, Hunde, Löwen, Tiger, Schweine, Pferde, Schafe, Krokodile und Megalosaurus; aber es gibt auch Unterschiede, und diese Unterschiede sind gerade so bedeutend, wie die Aehnlichkeiten. Zwischen dem Antlitz eines Menschen und dem Gesicht eines Stöckfisches besteht auch eine gewisse Aehnlichkeit, aber gleichzeitig ein eben so großer Unterschied. Es giebt auch eine Aehnlichkeit zwischen einem vollbärtigen Menschengesicht und einem Bärenkopfe, zwischen Frauenhaar und Pfauenfedern, zwischen menschlichen Fingernägeln und Geierkrallen, zwischen menschlichen Augenzähnen und Schlangenzähnen. Aber glücklicher Weise sind sie nicht dieselben, nicht genau ähnlich. Der Mensch gleicht mehr oder weniger jedem vorhandenen Thiere, ebenso unterscheidet er sich auch mehr oder weniger von allen Thieren.

Es gibt eine Klasse von Gelehrten, welche durch ihre Studien urtheilsberechtigt und geeignet sind, über die Frage des natürlichen diätetischen Charakters des Menschen eine Meinung abzugeben. Ich meine die Naturforscher, welche mit besonderem Bezug auf diese Frage vergleichende Anatomie studirt haben. Es gewährt mir zum besondern Vergnügen, den Medicinern mittheilen zu können, daß sie alle ohne Ausnahme, mit dem großen Cuvier an der Spitze, Zeugniß dafür abgelegt haben, daß der Mensch seiner anatomischen Bauart nach (einschließlich der Zähne) unzweideutiger Frucht-
esser ist *).

Es gibt wirklich Beispiele der Menschenfamilie, welche nicht nur in ihren Zähnen, sondern auch in ihrem Gesichtsausdruck und in ihrer Gewohnheit zu essen große Aehnlichkeit mit fleischfressenden Thieren haben, z. B. die Kalmücken und Tartaren. Ihre Formen und Gesichtszüge sind grob, brutal und unangenehm geworden, weil sie seit vielen Menschenaltern hauptsächlich von thierischer Nahrung leben. In einer Nation

*) Die einschlägigen Beleg- und Anführungsstellen aus Cuvier, Flourens und vielen andern vergleichenden Anatomen findet man wieder zum Theil in Hahn, Naturg. Diät, zum Theil in dessen Zeitschrift: „Der Naturarzt“ 1867 und 1868. Sie sind alle übereinstimmend, schlagend zu Gunsten der vegetariarischen Diät.

oder einem Stamme, dessen diätetische Gewohnheiten seit langer Zeit ganz oder hauptsächlich vegetarisch gewesen, wird man kein solches Beispiel finden *).

Ich wiederhole: wenn die hartnäckigen Vertheidiger einer Fleischdiät auf Grund anatomischer Beweise uns in ihr Inneres blicken lassen wollen, werden wir ihnen zeigen, daß sie viel besser sind, als sie von sich selbst glauben. Wir wollen ihnen beweisen, daß sie auf der Stufenleiter der Wesen eine höhere Stellung einnehmen, als sie selbst zugeben. Sie sind in ihren Ansprüchen überhaupt zu bescheiden gewesen. In Folge eines kleinen Irrthums in der Anatomie ihrer Kau-Organen haben sie sich ganz unnöthig erniedrigt. Statt sich an die Spitze der thierischen Schöpfung zu stellen, haben sie sich mit den das böse Prinzip vertretenden Raubthieren gleich geordnet. Sie sind die Gefährten wilder Thiere und Omnivoren wie die Schweine geworden, bloß weil sie über den natürlichen Bau ihrer Zähne im Irrthum waren und ihr Geruchsorgan nicht ferner als Ruchtschnur nahmen.

Krankheiten haben die Menschen über ihren Irrthum leider nicht aufgeklärt. Statt ihre Krankheiten als die nothwendigen Folgen ihrer Lebensgewohnheiten zu halten, haben sie sie als unvermeidliche Zufälligkeiten oder als Schidungen einer willkürlichen Vorsehung betrachtet. Selbst als im Mittelalter die großen Pestilenzen über Europa kamen, als die Leute in Fleischnahrung und alkoholischen Getränken förmlich schwelgten; als während dreier Jahrhunderte die schreckliche Plage — der „schwarze Tod“ und die „große Sterblichkeit“, wie sie damals genannt wurden — London, Paris und andere große Städte entvölkerte und hundert Millionen der Erdbewohner hinwegraffte, haben die Aerzte und das Volk mit ihnen diese Lehre gänzlich mißverstanden.

So ist es auch jetzt noch. Die Leute essen alle Arten thierischer Produkte mit ihren kranken Säften, faulen Auscheidungen, Parasiten, Unreinigkeiten und Verderbnissen, und wenn ihre Körper so verhärtet und angefault werden, daß sie vomiren, lagiren, in Fieber, Entzündung, Bauchgrimmen und Krämpfe gerathen, fragen sie verwundert nach der Ursache. Sie schicken nach dem Familienarzt und der Doktor wundert sich auch. Und nun wird der arme Körper durch Quacksalbereien aller Art erst recht ruinirt; der Schwache geht zu Grunde, der Kräftige ruinirt mehr oder weniger seine Constitution, je nach der Einsicht oder Dummheit des Arztes.

Wenn der Doktor zur Ader läßt, Kalomel und Jalappenwurzel verordnet, ein ungeheures Zuggpflaster auflegt und viele andere wunderbare Quacksalbereien treibt, um seinen Patienten gesund zu machen, wundert man sich, wenn dieser dennoch stirbt, und woher die schreckliche Krankheit eigentlich gekommen sei.

Alles das haben die Menschen hauptsächlich ihren eingebildeten Hunds Zähnen zu verdanken.

Wenn die Mediziner behaupten, der Mensch sei diätetischer Fleischesser, weil er Fleischfresser-Zähne besitze, frage ich sie, ob sie das Gegentheil zugestehen, wenn ich ihnen

*) Bekanntlich schreibt man den stark thierischen Ausdruck (Hagerkeit, hervorstehende Backenknochen u. s. w.), den die angelsächsische Race nach und nach in Nordamerika einnimmt, auch dem dort vorherrschenden Fleischgenuß zu.

beweise, daß der Mensch keine Hundszähne besitzt? Mit der Bejahung würden sie nur einer richtigen Logik folgen und können diesen Schluß auch gar nicht vermeiden*).

Werden die Mediziner von der wissenschaftlichen Beweisführung vertrieben, so fallen sie auf den Erfahrungs-Beweis zurück. Aber auch hier finden sie viele Schwierigkeiten und nun verlegen sie sich auf Verlehrung und Entstellung von Thatsachen.

Im Erfahrungs-Beweise bin ich nun im entschiedenen Vortheil über die meisten von ihnen, weil ich an mir selbst und tausend Andern beide Seiten dieser Frage beobachtet habe, während sie nur über eine Seite Zeugniß ablegen können.

Sie sagen uns, daß blasse, blutarme und schwache Kranke einer „ausgiebigen Diät“ von thierischer Nahrung bedürfen. Aber haben sie jemals eine andere Methode befolgt?

Sie sagen uns — und diese Lehre wird in allen ihren Büchern und Schulen gelehrt — daß bei Fiebern und nach den Krisen in akuten Krankheiten, wenn der Patient abgemattet und schwach ist, nur Kraftbrühen oder andere Formen thierischer Nahrung verabreicht werden müssen, wenn der Kranke nicht ganz abkommen und schließlich sterben soll. Aber woher wissen sie das? Haben sie jemals ein anderes Verfahren beobachtet? Und sterben nicht nur zu oft die Patienten, die auf diese Weise „gestärkt“ worden sind?

Diese Ansicht halte ich für eine unglückliche Täuschung der Aerzte, die der Kranke oft mit seinem Leben bezahlen muß. Ich habe die ganz entgegengesetzte Methode eingeschlagen und von zahlreichen Fällen wurde mir nicht einer bekannt, in welchem die Nichtanwendung von Reiz- und Kraftmitteln ein Sinken der Kräfte zur Folge gehabt hätte. Im Gegentheil habe ich unveränderlich gefunden, daß die Schwächung der Patienten genau dem verordneten Stimulus entsprach, hatte dieser nun Nahrungs- oder Medikamentenform.

Bei dieser „kräftigenden“ Behandlung der Kranken (mit Fleisch und Fleisch-extracten) verdient noch ein Moment besondere Beachtung. Man merke wohl, daß sie fast immer mit stimulierenden und tonischen Arzneien und mit berauschenden Getränken — Wein, Porter, Lagerbier etc. — verbunden ist. Sollte man diese Verbindung nicht mit Argwohn betrachten? Scheint es nicht anzuzeigen, daß die thierische Nahrung weniger ihrer nährenden, als ihrer stimulierenden Eigenschaften wegen gewählt wurde?

Es mag eine streitige Frage sein, ob Stimulus irgend einer Art unter solchen

*) Das Späßhafte bei dem ganzen Hundszahn-Beweis ist der Umstand, daß die sogenannten dentes caninae bei unserer gekochten Diät fast gar nicht in Gebrauch kommen. Der in den Mund gesteckte Bissen wird sofort von der Zunge den Backenzähnen zur Zerreißung zugeschoben, und selbst beim Abbeißen von einem größeren Stücke oder beim Benagen eines Knochens kommen diese Zähne ihrer mehr zurückstehenden Stellung wegen fast gar nicht in Thätigkeit. — Schlagend hat H. E. d. Valher am Schlusse seiner kleinen Abhandlung: „Die natürliche Lebensweise“ (Förstemann, Nordhausen 1867), die Hundszahntheorie widerlegt durch seine abbildliche Nebeneinanderstellung der Gebisse von einem Hunde, einem Pferde, einer Spitzmaus, einem Pavian, einem Orang-Outang und einem Menschen.

Der Herausgeber.

Umständen nützlich oder anwendbar sei. Ich bin hier der Meinung, daß solche Patienten Ruhe, und keiner Anregung bedürfen.

Professor Wood in New-York verordnete neulich in einer klinischen Vorlesung vor einer Klasse junger Mediziner für einen geschwächten und scrophulösen kleinen Knaben außer Eisen-Präparaten noch Rindfleisch, Blutsaft (von halbgebratenem Fleisch), Wein, Porter, Ale, Gin und Branntwein! Bezüglich des alkoholischen Theiles der Verordnung bemerkte der Professor: „Diese jungen Burschen werden ihn bald lieb gewinnen.“

Rindfleisch, Blutsaft und Alkohol! — eine natürliche, aber ganz teuflische Dreieinigkeit. Auf solche Weise wird der junge Instinkt vergiftet und der künftige Mann für das Verbrecherloos oder das Grab des Trunkenboldes vorbereitet. Wollen die Mäßigkeitsfreunde in ihrer Sache jemals Erfolg erzielen, so muß ihr erstes Werk in der Belehrung des ärztlichen Standes bestehen.

Ein Mäßigkeitsarzt meiner Bekanntschaft empfahl vor Kurzem in einer medizinischen Zeitschrift stillenden Frauen den reichlichen Genuß von — Lagerbier. Er glaubt, daß es die Milch reichlicher und nährender machen werde und hält es für wünschenswerth, daß es seiner vorzüglichen medizinischen Eigenschaften wegen vom Maine-Gesetze ausgeschlossen würde *).

Ueber diese erstaunliche Verblendung eines Arztes dürfen wir uns vielleicht nicht so wundern, wenn wir bedenken, daß vor einem Jahre ein Mitglied der New-Yorker medizinischen Akademie vor einem Comité, welches sich über die beste Kinder-Ersatz-Milch ausprechen sollte, sein Votum dahin abgab, daß er die schmutzige Absonderung der mit Destillations-Abfällen genährten Kühe ihres alkoholischen Gehaltes wegen für besser und selbst für nahrhafter halte, als reine Landmilch, während ein Chemiker bei derselben Gelegenheit durch die Analyse beweisen wollte, daß die Schlempe-Milch an nährenden Stoffen reicher sei als das beste Land-Produkt.

Es ist kein Verhättniß zu verkehrt, keine Behauptung zu abgeschmackt und keine Erklärung zu unsinnig, als daß sie nicht von Männern der Wissenschaft angenommen und durch Sophismen oder Entstellung wissenschaftlicher Daten bewiesen würde. Sagt ja der Volkswitz sogar schon: je gelehrter, je verkehrter.

Professor Barker am New-Yorker medizinischen Colleg erklärte vor zwei Jahren in einer medizinischen Vorlesung: „Ich habe mehrere Damen gekannt, welche in Folge des Umstandes, daß ihnen viel alkoholische Arzneien verordnet wurden, gewohnheitsmäßige Trinkerinnen geworden sind.“

Ich frage, ob uns nicht das Alles mit Argwohn erfüllen muß, ob hier nicht die Mißgriffe klar zu Tage liegen? So lange die Mediziner diese Verbindung von Fleisch-Nahrung und Alkoholgift nicht trennen können, werde ich beide verdammen.

Blicken wir jetzt einen Augenblick auf das ökonomische Argument. Vor einigen

*) Der medizinische Blödsinn mit Lagerbier spielt leider auch bei uns zu Lande keine geringe Rolle. Im Staate Maine ist der Klein-Ausschank von Spirituosen gesetzlich verboten.

Tagen sah ich an einem New-Yorker Fleischerladen ein Schwein hängen, welches 750 Pfund wog. Ein Hinterschenkel von ihm wog 75 Pfund; das Pfund kostete 12½ Cents, der ganze Hinterschenkel also 9 Dollars 37½ Cents. Wie viel Nahrung konnten wohl diese 75 Pfund Schweinefleisch gewähren? Es war fast Alles solides Fett. Das magere Fleisch bildete nur wenige und schmale Streifen und machte nicht mehr als den zehnten Theil des Ganzen aus. Nun aber ist nur der magere Theil des Fleisches wirklich nährend, so daß neun Zehntheile gedachten Stückes als eigentliche Fleischnahrung gar nicht in Anrechnung kommen. Somit kostete der nahrhafte Theil dieses Fleisches mehr als einen Dollar pro Pfund.

Fleisch ist etwa den vierten Theil so nahrhaft als Weizen. Der Scheffel von letzterem kostet hier weniger als 1½ Dollars. Von gutem Weizen gehen 60 Pfund auf den Scheffel. Nun läßt sich nach jeder Regel der Arithmetik beweisen, daß Getreide vierzig oder fünfzig Mal billiger als Schweinefleisch und mehr als zehn Mal billiger zu stehen kommt als das beste magere Rind- oder Hammelfleisch.

In New-York werden jährlich mehr als zwanzig Millionen Dollars für Rind- und Schweinefleisch bezahlt, während eine Million Dollars für Getreide, Früchte und Vegetabilien, richtig verausgabt, mehr und bessere Nahrung gewähren würde.

Unsere Landwirthe träumen wenig von dem ungeheuern Verlust, den sie durch Verwandlung des Kornes in Schweinefleisch, und des letztern in ihre eigenen Strukturen erleiden. Der zehnte Theil an Arbeit und Kosten würde hinreichen, ihnen eine gleiche Menge und mehr gesunde Nahrung zu verschaffen, wenn sie das Korn selbst essen und die Schweine wie die Klapperschlangen vor der vorwärts schreitenden Zivilisation zurückweichen ließen.

Ich weiß, daß man meine Behauptung, Fett sei keine Nahrung, bestreiten wird, daß sie den Lehren der Mediziner gegenübersteht. Ich weiß wohl, daß Professoren der Medizin ihre Schüler lehren, thierisches Fett sei ganz Nahrung — reiche Nahrung — der nahrhafteste Stoff überhaupt. Aber auch Professoren stimmen nicht immer überein. Ich bin zufällig selbst Professor. Der Beweis für obige abgeschmackte Behauptung soll noch geführt werden.

Das Experiment, Thiere ausschließlich mit Fett zu nähren, ist oft gemacht worden, und alle Thiere starben — hungerten zu Tode. Dieses Zeugniß scheint den erwähnten Unsinn nicht zu unterstützen. Menschliche Wesen und Hausthiere sind oft auf verschiedene Weise gemästet worden, aber sie sind immer mehr oder weniger erkrankt. Der Mästungs-Prozeß ist in Wirklichkeit an sich selbst ein Erkrankungs-Prozeß. Die Thiere werden nicht fett, weil sie mehr Gewebe bilden, — Fleisch, Strukturen, Organe — sondern weil sie ihre verbrauchten Stoffe zurückbehalten, welche, um die überladenen Blutgefäße zu erleichtern, in den Zellen und Höhlungen in der Form von Fett abgelagert werden.

Ackerbauer und Fleischer belehren uns, daß gemästete Thiere weniger Muskel, kleinere Lungen und Lebern und kleinere Blutgefäße als magere Thiere haben, wenn die andern Umstände gleich sind. Die Fett-Anhäufungen beschweren das Blut und vermindern die Ernährung, statt sie zu vermehren. Alle Thiere und Menschen sind genau

im B
fleischl

Schwei
lag ste
mensch

auf da

laufen
werden
heits-
behand
sagen.

Marktt
gefüllte
dern, n
seuche

werden
Schlad
wahrsch
franke
Theile
geschich
oder ee

sich in
und M
sie ihre
wickeln
verläng
und we
welche
so weni
kriege
jenen
machte.

kann, i

im Verhältniß ihrer Fettmasse — wenn die andern Umstände gleich sind — schwach, fleischlos, blutarm und eine leichte Beute von Krankheiten.

Im Kry stall-Palast in New-York sah ich bei der Ausstellung ein Mammutschwein, welches 1700 Pfund wog. Es war unfähig, auf seinen Füßen zu stehen und lag stets auf der Seite, eine eckelhafte Masse von Fett und Scropheln, die wie ein menschlicher Dickwanst nur ein unangenehmes Röcheln statt des Athmens hören ließ.

Hier möchte ich auf den größten Einwurf gegen thierische Nahrung eingehen — auf das physiologische oder Gesundheits-Argument.

In dicht bevölkerten Ländern können die Thiere nicht wild und frei umherlaufen und sich in gesundem Zustande erhalten. Um Raum und Nahrung zu sparen, werden sie in Ställe gesperrt und dort gefüttert. Sie müssen der wesentlichen Gesundheits-Bedingungen beraubt sein oder sie werden nicht fett. Menschen, auf gleiche Weise behandelt, werden scrophulös und schwindstüchtig; dasselbe läßt sich von den Hausthieren sagen.

Da sich aber der Profit bei gemästetem Vieh, Schweinen und Geflügel auf dem Markte genau nach ihrer Fettigkeit richtet, werden sie unter Umständen gehalten und gefüttert, welche nothwendig krankmachend wirken müssen; dürfen wir uns dann wundern, wenn wir von Thierkrankheiten aller Art hören, von der Lungenfucht, Hornviehseuche (Rinderpest), Drüsen, Trichinen, Schweine-Cholera u. s. w.?

Ich habe gesagt, daß alle gemästeten Thiere krank sind; magere Thiere aber werden auf dem Markte nicht gekauft. Was glaubt man wohl, wie viele von den zur Schlachtbank geführten Thieren krankheitsfrei sind? Möglicher Weise eins von hundert, wahrscheinlich aber nicht eins von tausend. Fast alle haben kranke Lebern, viele haben kranke Lungen und manche sind durch und durch krank. Und womit sind die kranken Theile behaftet? Mit Insekten, Würmern, Parasiten; nichts weiter. In der Naturgeschichte kennt man die am häufigsten vorkommenden unter dem Namen: *cysticercus* oder *cenures*.

Diese und andere Parasiten und ihre Larven können alle Gewebe besetzen und sich in jedem beliebigen Organe einnisten. Häufig finden sie ihren Weg in das Gehirn und Rückenmark der Schafe und verursachen dann die bekannte Drehkrankheit. Wenn sie ihre Wohnung in den Zellen, Kanälen und Höhlungen des Körpers aufschlagen, entwickeln sie sich an Größe und Gestalt je nach ihren Wohnplätzen. Im Nahrungskanal verlängern sie sich zu verschiedenen Arten von Würmern. Sie sind äußerst lebensfähig und werden von dem affizirten Thiere auf die Person oder das Thier übertragen, welche von solchem Fleisch genießen. Das gewöhnliche Einsalzen tödtet sie nicht, eben so wenig das Kochen, es müßte denn ein sehr hoher Hitze-grad sein. Im letzten Krim-Kriege litten die britischen Soldaten hauptsächlich am Bandwurm, den sie dem gesalzenen Schweinefleisch zu verdanken hatten, das einen großen Theil ihrer Rationen ausmachte. Die Militärärzte fanden ihren Argwohn nur zu sehr begründet.

Der einzige Trost, den ich den Consumenten von stallgefüttertem Fleische bieten kann, ist der, daß sie die Parasiten, Trichinen u. s. w. mit in den Kauf nehmen müssen*).

*) „Die Verbreitung der Trichinen kann nicht unbedeutend sein — sagt

Niemand kann aus wahrnehmbaren Eigenschaften bestimmen, ob ein gegebenes Stück Rind-, Schweine- oder Hammelfleisch oder Geflügel erkrankt ist oder nicht. Je feinniger, scrophulöser und tuberkulöser es ist, desto zarter und saftiger schmeckt es. Solches Fleisch steht bei Feinschmeckern in hoher Gunst. Es hat sich im vergangenen Jahre herausgestellt, daß die kranken Cadaver der schlempegefütterten Kühe auf dem Markte die höchsten Preise bringen.

In den großen Milch-Etablissements von London überwachen die Eigenthümer die Erscheinungen ihrer tuberkulösen Kühe und überliefern sie dem Fleischer, bevor die Abzehrung eintritt. Es wird dabei als Thatsache erwähnt, daß das Fleisch tuberkulöser Kühe einen eigenthümlich süßlichen Geschmack besitze. Wer das kennt und einen entzückten Feinschmecker ausrufen hört: „Das ist das süßeste Fleisch, das ich jemals aß!“ weiß gleichzeitig, daß dieser glückliche Kostgänger sich am Leichname einer lungenkranken Kuh ergötze.

Die Erklärung dieser Erscheinung bietet keine Schwierigkeit. Tuberkeln sind das Ergebnis abgesperrter oder unreiner Luft, mangelnder Bewegung und ungeeigneter, oder übermäßiger Nahrung. Wie ich weiter oben bemerkte, wird der Schlußact des Verdauungs-Prozesses in den Lungen verrichtet. Wenn die Lungen nicht einen gehörigen Zuschuß von reiner Luft empfangen, eignen sich die nahrhaften Elemente nicht zur Ernährung und bleiben in den Blutgefäßen als unbrauchbare oder abgängige Stoffe zurück. Ferner: Wenn die in den Magen aufgenommene Nahrungsmenge zur eingeathmeten Luft in keinem Verhältniß steht, d. h. diese an Menge überwiegt, eignet sich der daraus bereitete Speisefast nicht für die Ernährung und wird deshalb von den Reinigungs-Organen als fremder oder nicht verwendbarer Stoff ausgestoßen. Dies ist der Ursprung der Tuberkeln, welche sich also zum Theil aus unvollkommen ausgearbeitetem und nicht assimilirbarem Speisefast bilden und dieser Speisefast behält in der Tuberkelmasse etwas von dem Geschmack und der Süßigkeit zurück, welche sie bekanntlich in den Milchgefäßen und in der Brusthöhle besitzt. Das wäre die Erklärung des eigenthümlich süßen Geschmackes scrophulösen, tuberkulösen und schwindkranken Fleisches.

Zum Schlusse verwerfe ich die thierische Nahrung, weil Alles, was damit zusammenhängt — die Züchtung, das Schlachten, das Kochen und das Essen — jeder Gefühls-Verfeinerung entgegenwirkt. Es verursacht eine krankhafte, unregelmäßige und in mancher Beziehung vorzeitige Entwicklung. Es verleihet den thierischen Reigungen ein Uebergewicht über die sittliche und geistige Natur. Es erzeugt und nährt auf tausenderlei Weise den Geist der Grausamkeit, des Eigennutzes und der Selbstsucht. Es gebiert die Unverträglichkeit in der Gesellschaft und die Kriege unter den Nationen. Menschenmord wurzelt im Thiermord.

„So wie das Stämmchen gerichtet wird, neigt sich der Baum.“

Es gibt der Entwicklung der Kindheit eine falsche Richtung und verdirbt den

Rupprecht in: „Ein Rückblick“, Wien 1866 — da ihnen Zanker in 3 Procent, Turner in 2 Procent aller secirten Leichen begegnete.“ Es kommen aber bekanntlich mehr nur die Leichen von den ärmeren Nichtfleischessern in die Secir- und Präparir-säle der Spitäler und Anatomien.

Der Herausgeber.

Instin-
widerst
Fähigk
lung h
Leitung
aber de
hafter
Menscl
Gefühlg
Mähig
Mädch
unter u

Folgeri
Der Me
sein. G
züchtere

Weisen,
liches G
mit Be
thierisch
und Be
und gut
wird *).
thatsäch
jener B
Dichter,
gemeinen
Gartem

welche ti
und dab
findet n
Dr. W.

Instinkt der Jugend. Es bahnt den Weg zu berausenden Getränken und Tabak. Es widerstreitet dem Gesetz harmonischer Ausbildung. Jede Struktur, jedes Organ, jede Fähigkeit und jede Kraft müßte ihre gleiche, normale und verhältnismäßige Entwicklung haben. An sich selbst sind alle Menschen gut. Richtige Erziehung und gehörige Leitung kräftigen alle sittlichen Eigenschaften des Menschen; erziehen und entwickeln wir aber den Organismus auf eine Weise, daß die geistige Natur unter die Herrschaft krankhafter sinnlicher Neigungen und eines verdorbenen Instinktes geräth, so wird der ganze Mensch ein *lusus naturæ*, ein Wechselbalg, eine sittliche Mißgeburt und wir können Gefängnisse und Strafanstalten bauen, weil wir sie brauchen werden, und wir können Mäßigkeits-, Friedens- und Moral-Reformen, und Gesellschaften zum Schutze junger Mädchen organisiren, weil sie alle genug zu thun haben werden, allein in Folge des unter uns zur Sitte und Herrschaft gelangten Fleischgenußes.

Endlich auch noch verwerfe ich die thierische Nahrung, weil ihre unvermeidlichen Folgerungen ein unvollkommenes, falsches und verderbliches Ackerbau-System begründen. Der Ackerbau sollte der erste und höchste, weil der beste und edelste Beruf auf Erden sein. Er würde es sein, wenn Gemüse- und Obstgärten und Getreidefelder die Viehzüchtereien, Brennereien und Schlachthäuser völlig verdrängen würden.

Wir werden die volle Tragkraft der Erde, als Unterhaltsgewähr für menschliche Wesen, nicht eher kennen lernen, bis die Thier-Züchtungen der Nahrung wegen ein wirkliches Ende genommen haben. Die Berührung todter und zerlegter thierischer Stoffe mit Vegetabilien verschlechtert der letztern Eigenschaft, und der kräftige Dünger, welchen thierische Abfälle und Excremente gewähren, ist eine fruchtbare Quelle für Erkrankung und Verschlechterung vieler vegetabilischer Nahrungsarten, so daß wir nicht eher reine und gute Pflanzenkost haben können, bevor nicht ein neues Ackerbau-System eingeführt wird *). Dieses wird vorherrschen, wenn und wo immer das Volk sich grundsätzlich und thatsächlich mehr zum Vegetarianismus neigt. Und dann und nur dann erst wird sich jener Zustand auf Erden herabilden, welcher in allen Zeitaltern der Traum der Dichter, die Aufgabe der Propheten und Heilande und die Hoffnung aller Menschen gewesen ist. Dann erst werden die Schwerter in Pflugschaaren und die Speere in Gartennmesser verwandelt und dann erst „ein Hirt und eine Heerde“ sein!

*) Dr. Trall mag hier die Tull'sche Ackerbau-Methode im Auge haben, welche thierischen Dünger gänzlich und größtentheils auch thierische Arbeit ausschließt und dabei einen höhern Ertrag gewährt. Eine ausführliche Darstellung dieser Methode findet man in der kleinen Schrift: „Der höchste Ernte-Ertrag. Bevorwortet von Dr. W. Böbe.“ (R. Neumeister in Leipzig.)

Shellen, der Dichter *).

Das Ganze des menschlichen Wissens ist in einer Frage zusammengefaßt: Wie können die Vortheile der gewonnenen Einsicht und fortschreitenden Bildung mit der Freiheit und dem unschuldigen Vergnügen eines natürlichen Lebens vereinigt werden? Wie können wir die Wohlthaten unseres jetzigen Bildungszustandes genießen und zugleich die Uebel, die bis jetzt mit denselben verwoben sind, vermeiden? Ich glaube, daß uns Enthaltksamkeit von thierischer Nahrung und gleichzeitig von geistigen Getränken in hohem Grade zur Lösung dieser Frage verhelfen würde **). Die vergleichende Anatomie lehrt uns, daß der Mensch den fruchtestenden Thieren in jeder, den fleischessenden in keiner Beziehung gleicht; er hat weder Krallen noch spitze Zähne. Nur, nachdem er das Fleisch gekocht und sein rohes Aeußeres durch Zubereitung verdeckt hat, kann er es zerkauen und verdauen.

Kinder ziehen augenfällig Kuchen, Orangen, Äpfel und andere Früchte dem Thierfleische vor; auch die Neigung zu starken Getränken wird ihnen nur mit Schwierigkeit beigebracht. Wohl Jeder erinnert sich der unausbleiblichen Grimassen, die bei den Kleinen mit dem ersten Glase solcher Getränke verbunden sind. Der unverdorbene Instinkt trägt niemals; aber die Zweckmäßigkeit thierischer Nahrung mit einem durch Fleischgenuß bereits verdorbenen Appetit beurtheilen zu wollen, heißt das Verbrechen zum Richter machen.

So vollständig ist der Instinkt bereits zernichtet im erwachsenen Menschen, daß es nothwendig geworden, die vergleichende Anatomie zu Hülfe zu nehmen, um zu beweisen, daß wir natürliche Frugivoren (Fruchtfresser) sind.

Verbrechen ist Unvernunft, Unvernunft ist Krankheit. Sobald die Ursache der Krankheit entdeckt wird, liegt die Wurzel, von welcher aus Elend und Laster so lange den Erdball beschattet haben, bis zum Kern entblößt da. Alle menschlichen Bemühungen können von dem Augenblicke an als zum reinen Nutzen des Menschengeschlechtes betrachtet werden. Ein gesunder Geist in einem gesunden Körper entschließt sich zu keinem wirklichen Verbrechen mehr. Die grundsätzliche Einführung einer einfachen Lebensweise

*) Auszug aus einer Note desselben zu seiner Dichtung: „Königin Mab“.

**) Die vollständige Lösung dieser Frage läge in der einfachen Antwort: Lebe, iß und trink, stehe und gehe, schlafe und wache, arbeite und ruhe, kleide und schütze dich, allüberall und stets der naturgesetzlichen Bedingungen deines Daseins eingedenk. Erst das Zusammenspiel aller menschlichen Bedürfnisse, alles menschlichen Denkens und Fühlens, Wollens und Begehrens in naturgemäßer Weise sichert die vollständige Glückseligkeit; immerhin ist die Nährweise das Wichtigste von Allem. Der Mensch ist, was er ißt. Und wenn die Frage, ob das Volk etwas zu essen habe, schon das Schicksal manches Fürsten bestimmte, so bestimmt die Frage, wie das Volk ißt, das Schicksal aller Völker!

Der Herausgeber.

geht an die Wurzel alles Uebels*) und ist übrigens ein Versuch, der mit Erfolg nicht bloß von Völkern, sondern auch von Vereinen, Familien und selbst einzelnen Personen angestellt werden kann. Noch in keinem Falle der bis jetzt schon gemachten Versuche hat die Rückkehr zur vegetariarischen Diät auch nur den geringsten Nachtheil zur Folge gehabt; meist sind sie mit unseugbar günstigem Erfolge gekrönt worden**).

Welche furchtbaren Quellen für Krankheiten sind nicht diese thierischen und pflanzlichen Gifte (Fleisch und geistige Getränke), welche zu ihrer Ausrottung angewendet wurden! Wie viele Tausende sind Mörder und Räuber, Scheinheilige und Haus-Thyrannen, liederliche und verlorene Abenteurer durch den Gebrauch gegohrener Getränke geworden, welche, wenn sie ihren Durst bloß mit einem Glas Wasser gestillt, nur gelebt haben würden, die Glückseligkeit ihrer eigenen ungetrübten Gefühle zu verbreiten! Wie viele unbegründete Meinungen und abgeschmackte Einrichtungen haben bloß durch die Trunksucht und Unmäßigkeit der Leute allgemeine Anerkennung gefunden? Wer wollte behaupten, daß, wenn die Bevölkerung von Paris ihren Hunger an der stets besetzten Tafel der Pflanzen-Natur gestillt, sie ihre roh-thierische Zustimmung zu den Robespierre'schen Subscriptionslisten gegeben haben würde***)? Könnte ein Menschenschlag, dessen Leidenschaften nicht durch widernatürliche Aufregungen verderbt wären, mit Kälte auf ein Autodafé (Reher-Verbrennung) blicken? Ist es zu glauben, daß ein Wesen von reinem Gefühl, welches von seinem Früchtemahl aufsteht, Lust am Blutvergießen finden könne? War Nero ein mäßiger Mensch? Gewiß sprachen die gallig gelben Wangen Bonaparte's, die gerunzelte Stirne und das gelbe Auge, die fortwährende Unruhe seiner Nerven nicht minder klar den Charakter seines rastlosen Ehrgeizes aus, als seine Morde und Siege. Es ist unmöglich, daß, wenn Bonaparte aus einem Geschlechte mit vegetariarischer Nährweise geboren wäre, er die Neigung gehabt haben würde, den Thron der Bourbonen zu besteigen. Das Verlangen nach einem Tyrannenthron könnte kaum im Menschen rege werden und aus einer Gesellschaft hervorgehen, welche weder durch Trunksucht verstandeslos, noch durch Krankheit zerrüttet und aus dem Naturzustande getreten wäre.

Es gibt wohl keine körperliche oder seelische Krankheit, von welcher vegetariarische Lebensweise und klares Wasser nicht unfehlbar hergestellt hätten, sobald dies versucht worden wäre. Hinfälligkeit ist nach und nach in Stärke verkehrt worden, Krankheit in Fülle der Gesundheit Geisteskrankheit in all ihrer schrecklichen Abwechslung, von dem Toben des gefesselten Rasenden bis zu den unzählbaren Abwegen eines gestörten

*) Darum wurde sie auch als die Grundlage aller menschlichen Glückseligkeit noch von allen Religions-Heilanden zur Begründung ihrer Religionen aufgestellt.

Der Herausgeber.

**) Zahlreiche Belege hierzu wieder in Hahn, Naturgemäße Diät; ferner in dem „Vereinsblatt für Freunde der natürlichen Lebensweise“, von E. D. Valter in Nordhausen. Ebendaß. Preis jährlich 20 Sgr. Jahrg. I. 1868—1869.

***) In den Jahren der Restauration wurden in Paris jährlich durchschnittlich 70 Millionen Pfund Fleisch weniger gegessen, als in den vorausgegangenen Revolutionsjahren.

Der Herausgeber.

Gemüthes, die aus dem Hause eine Hölle machen, in ruhige und abgemessene Ebenmäßigkeit der Seele, die allein eine hinreichende Bürgschaft gegen eine künftige moralische Umwälzung der Gesellschaft abgeben kann*). Bei einer naturgemäßen Nährweise würde hohes Alter die einzig und alleinige Krankheit für uns sein; wir würden des Lebens uns freuen und Andere von dieser Freude nicht mehr ausschließen; alle unsere gemüthlichen Freuden würden unendlich gewählter und reiner sein; der wahre Inhalt des Daseins würde alsdann ein dauernder Genuß sein, wie ihn jetzt nur noch die Jugend und nur in wenigen und bevorzugten Augenblicken genießt. Bei Allem, was heilig ist in unsern Hoffnungen für das Menschengeschlecht, beschwöre ich Diejenigen, welche Glückseligkeit und Wahrheit lieben, der vegetariarischen Nährweise Anerkennung zu verleihen! Es ist gewiß überflüssig, über einen Gegenstand zu vernünfteln, dessen Vorzüge ein sechsmonatlicher Versuch für immer in's Klare setzen würde. Aber nur von den Aufgeklärten und Wohlmeinenden kann ein so großes Opfer des Saumens und des Vorurtheils erwartet werden, obgleich seine schließliche Vortrefflichkeit keiner Frage unterläge; denn von den kurzsichtigen Kranken wird es freilich für leichter gehalten werden, ihre Schmerzen und Leiden vielleicht durch Arzneien auf einige Zeit zu lindern, als ihnen durch Diät zuvorzukommen. Die große Menge ist in allen Ständen unveränderlich sinnlich und dumm; aber ich kann mich dennoch für überzeugt halten, daß auch der unmäßigste Mensch einem langen und gesunden Leben vor einem kurzen und schmerzlichen den Vorzug geben wird**).

Die Veränderung, welche durch einfachere Lebensweise für den Staatshaushalt herbeigeführt werden würde, ist hinreichend beobachtungswerth. Die fruchtbarsten Striche der bewohnbaren Erde werden gegenwärtig thatächlich von Menschen für Thiermästung angebaut, zur Verzögerung und Vergeudung einer durchaus unberechenbaren Nahrung. Nur der Wohlhabendere kann in größerem Maßstabe die unnatürliche Neigung nach todttem Fleische befriedigen und er bezahlt die größere Ausdehnung dieses Vorrecht es mit unzähligen Krankheitsanlagen! (Vergl. die Note S. 13. Weitere zahlreiche Belege in H a h n, Naturgemäße Diät). Der Geist derjenigen Nation, welche in dieser wichtigen Diätreform allgemein vorangehen würde, müßte unmerklich mehr ackerbauend werden, der Handel, mit allen seinen Lasten, seiner Selbstsucht und Verderblichkeit, würde mehr

*) Mehr und mehr häufen und erweitern sich die Zufluchtsorte für Geistesfranke. Andererseits wächst auch mehr und mehr der Geist der Unzufriedenheit unter den gedrückten, den arbeitenden und dienenden Klassen; nur zu wohl begründet, würde er doch, weil begleitet von unlautern Gelüsten und Begierden, jedenfalls sein Ziel, die gesellschaftliche Glückseligkeit verfehlen, wenn nicht Hand in Hand gehend mit der Rückkehr zur naturgemäßen Nährweise. Näheres in H a h n, Pratt. Handbuch. I. S. 81.

**) Der Mensch ist Alles, was er ist, durch Gewohnheit. Die naturgemäße Nährweise bietet, wenn längere Zeit beobachtet und eingewöhnt, die gleichen, und noch viel höhere und edlere, weil reinere, ungetrübtere Geschmacksgenüsse, als die blutige Fleischdiät. Solches gestehen alle Vegetarianer ein; ihnen wird sogar nach und nach der Fleischgenuß und Geruch zuwider, zum Ekel, und erfüllt sie mit sittlichem Abscheu.

Der Herausgeber.

abnehmen; natürlichere Gewohnheiten würden bessere Sitten hervorbringen und die übertriebene Verwickelung aller staatlichen Verhältnisse würde so weit vereinfacht werden, daß jeder Einzelne fühlen und begreifen lernte, wie er sein Vaterland zu lieben und persönliche Theilnahme an dessen Wohlergehen zu ergreifen habe *).

In Folge eines naturgemäßen Systems würden wir keine Gewürze mehr aus Indien begehren, keine Weine von Portugal, Spanien, Frankreich oder Madeira, und keine jener unzähligen Luxusgegenstände, um welche jeder Winkel der Erde durchforstet wird und welche die Ursache so vielen persönlichen Leidens, so unheilbringender und blutiger Völkerstreitigkeiten sind. —

Der Vortheil einer Diätänderung ist offenbar größer als derjenige irgend einer andern. Sie faßt das Uebel bei der Wurzel. Aber der Erfolg dieser Lebensregelung beruht völlig auf dem Befehrungseifer Einzelner und geht erst von einer Anzahl besonderer Fälle zu einem über, welcher allgemein ist.

Diesenigen, welche durch diese Bemerkungen sich veranlaßt sehen sollten, die vegetarische Nährweise anzunehmen, sollten es sofort vom Augenblicke der gewonnenen Ueberzeugung an thun. Alles hängt davon ab, entschlossen und auf einmal von einer schädlichen Gewohnheit abzugehen. Thierfleisch ist in Beziehung seiner Wirkung auf den menschlichen Magen dem Schnapfe gleichbedeutend **). Es ähnelt ihm in Art der Wirkung, wenn es auch den Grad (vielleicht) nicht ganz erreicht.

Wer zur Pflanzkost und zum klaren Wasser übertritt, muß (vielleicht) eine zeitweilige Verminderung der Muskelstärke gewärtigen; aber es ist nur vorübergehend und bald folgt eine gleichförmige Fähigkeit zur Anstrengung, welche die frühere weit übertrifft ***).

Nicht nur an den jugendlichen Schwärmer wende ich mich, sondern auch an den

*) Ueber die Vergeudung an Geldeswerth von jährlich Tausenden von Millionen und an Arbeitskraft bis ins Unmeßbare bei der herrschenden Blut- und Fleischdiät siehe der Leser Näheres in Hahn, *Naturgemäße Diät*, sowie in Ed. Balzer's *Natürliche Lebensweise*, 2tes Heftchen unter dem Titel: *Die Reform der Volkswirthschaft*. Nordhausen. Förstemann. Preis 17½ Sgr.

**) Liebig sagt über diese dem Schnapfe gleichbedeutende Wirkung des Fleisches in Auerbachs *Volkskalender*, 1869, S. 151: „Die Hauptmasse der auflösbaren Bestandtheile des Fleisches besteht aus sehr stickstoffreichen, unkrystallisirbaren Stoffen, deren Natur nicht näher ermittelt ist; sodann aus drei krystallisirbaren Materien, von denen die beiden letzteren zu derselben Klasse von Verbindungen gehören, wie das Caffein. Es ist dies die merkwürdige Klasse der Alkaloide (Pflanzenalke), welche die wirksamsten Arzneimittel wie das Morphin und Chinin, und die furchtbarsten Gifte, wie das Strychnin (Pfeilgift), das Coniin (Gift des Schierlingskrautes), das Nikotin (Tabacksgift) und andere in sich einschließt. In seiner Zusammensetzung steht das Caffein dem Kreatinin in der Fleischbrühe am nächsten.“ Man sieht, das Fleisch ist gleich dem Kaffee und Schnaps starkwirkendes Reizmittel. Der Herausgeber.

***) Franklin, der nachmalige nordamerikanische Staatsmann, erzählt uns, daß er als Buchdruckergehülfe dem Fleisch und Bier entsagte und von der Zeit an alle seine Mitarbeiter an Kraft und Gewandtheit weit überbot, mit dem schwersten Sechskasten behende Treppe auf und ab sprang. Der Herausgeber.

reiferen Forscher nach Wahrheit und Tugend. Sie werden meine Lehre schon um ihrer Wahrheit, Schönheit und Einfachheit und um der Vortheile willen, die sie verspricht, annehmen. Sie werden, sobald nicht schon die Gewohnheit Gift in Speise bei ihnen verwandelte, die Freuden der Jagd aus innerem Triebe hassen; es wird eine Betrachtung voll Schrecken und Enttäuschung für sie sein, daß Menschen, Geschöpfe, fähig des bewunderungswürdigsten Zart- und Mitleidsgefühls, gleichwohl Vergnügen an den Todesqualen und Zuckungen sterbender Thiere finden können.

Salomo hielt tausend Rebzweiger, und gestand am Ende verzweifelnd, daß Alles eitel sei! Der Mann, dessen Glück durch die Gesellschaft einer liebenswürdigen Frau begründet wird, würde einige Schwierigkeit darin finden, die Enttäuschung dieses grauen Wüßtlings zu theilen.

J. A. Gleizès.

Gleizès, dieser edle Franzose, wird, so lange noch die Lehre der naturgemäßen Nährweise als ein Evangelium der sittlich und körperlich gebrechlichen Menschheit zu predigen ist, stets als einer ihrer beredtesten Jünger und Verklärer voranleuchten. Sein Werk „Thalysie, ou la nouvelle existence“ (bei W. Göz in Mannheim) und namentlich dessen dritter Band, ist von dem hehrsten Geiste der Menschenfreundlichkeit und des Wohlwollens durchweht. Er sagt unter vielem andern Schönen und Wahren darin:

Die große Sorge aller Menschen beruht entweder in der Errettung ihrer Seele oder ihres Körpers. Diejenigen, die ihren Körper über Alles lieben, überlassen ihn blindlings den Ärzten, die Andern fallen zu den Füßen der Priester, aber Alle erleiden dennoch das Schicksal, dem sie entgehen wollten, denn Niemand kennt die wahre Heilweise weniger als die Ärzte, und Niemand die wahre Religion weniger als die Priester!

O wie schön wäre das Mittel, das Körper und Seele zu gleicher Zeit errettete. Befände es sich am Ende der Welt, wie viele Schiffe würde man darnach senden! Es ist in Eurer Nähe und Ihr geht vorüber!

Wenn Jemand anzeigte, daß er Menschen verjüngen könnte, man würde aus allen Gegenden der Erde zu ihm kommen! Die Zauberin Medea würde noch heute großes Glück machen. Sagt man aber, daß sie ihren Stiefvater nur durch die Früchte und Kräuter seines Gartens verjüngte, — die ganze Welt würde unglaublich staunen — das Mittel ist zu einfach.

Wie kommt es, daß das Frohlocken der Jugend entgegen einer Zukunft, die sie nicht kannte, deren Reize ihr aber durch die innere, niemals täuschende Macht angezeigt werden, so bald wieder verstummt? Weil sie nur Tod in den Feldern des Lebens findet, wo sie Blüthe und Freude erwartete. Sie kommt aus diesem Zustande zwar wieder zu

sich, es ist dies aber nur das Ermannnen des Genesenden; sie erreicht nach langer Krankheit wohl die Gesundheit wieder, aber mit Aufopferung ihrer besten Kräfte. Der Mensch weiß sich so sehr für etwas Besseres geschaffen, daß er selbst im höchsten Alter noch hofft, nachdem er doch schon über Alles belehrt ist! Was hofft er? Er weiß es nicht. Ich aber will es ihm sagen: er hat den Faden verloren, der ihn mit Gott verband, daß er ihn führe, und das ist dasselbe, als ob er Gott selbst verloren hätte*).

Es ist unmöglich, daß das wahre Menschenglück Hand in Hand gehen könne mit dem Mordsysteme! Blutspuren führen zur Höhle des Tigers! gestreute Blumen müssen zur Wohnung des Menschen führen. —

Himmel und Erde waren erschaffen, es fehlte der letzteren nur noch an fühlenden Wesen, sich der Schönheit des Geschaffenen zu freuen. Könnte man glauben, daß das gefühlbegabteste unter allen Wesen, der Mensch, auf die Erde gesetzt sei zur Qual aller Uebrigen? Das wäre ein Umstoß aller Ideen von Gott, denn Gott schuf kein Unglück — aus seinen Händen sollten nur glückliche Wesen hervorgehen!

Das Fleisch ist gottlose Nahrung — nur die Früchte schließen die wahre Religion in sich! „Je mäßiger man ißt — sagt Sokrates — je mehr nähert man sich Göttern, die Nichts nöthig haben!“ Das Leben ist kurz, so daß sein größter Genuß in der Einfachheit des Reisegeräthes besteht.

Der Atheismus ist das unvermeidliche Endergebniß des Thiermordes **). Die Atheisten, wenn sie es wirklich sind, sind es nur, weil ihr moralischer Blick nicht weit genug reicht.

Warum hält man den einfachen Widerstand des Thieres nicht für einen hinreichenden Grund, das Mordmesser von ihm abzuwenden? Ist dieser Widerstand in seiner Art nicht wie der betäubende Geruch der giftigen Frucht, der die Hand zurückstößt, die sie zu pflücken wagte?

Wenn du, im Begriff, ein Thier zu tödten, in deinem Herzen die leise Stimme des Gewissens sprechen hörst, o ich beschwöre dich, gehe nicht weiter und widerstreite nicht dem Willen Gottes, der keine andere Weise annimmt, sich dir zu erkennen zu geben!

Man hat Mühe zu begreifen, wie das Mordsystem des Fleisছেessens hat — ich will nicht sagen, aufkommen können — die Ursache davon ist nicht schwer zu ergründen, aber wie es sich hat ausbreiten können über die ganze Erde. Doch man wird sich einen Begriff machen können nach dem folgenden Beispiele, der Geschichte des Barbaren

*) Er hat den Instinkt verloren, der ihn mit der Natur und dem Naturgesetze verband, daß er sich von ihm leiten lasse; den Instinkt verloren haben aber heißt dasselbe, als seine Natur, sein Naturgesetz selbst verloren und aufgegeben haben; dies aber führt zur Unnatur, zu Krankheit und Siechthum und zu allem staatlichen und gesellschaftlichen Elende und darum das Wehzen und Stöhnen der vielen Einzelnen unter uns und das ganze Völkerschaften.

Der Herausgeber.

**) Die Priester des Atheismus, des Sensualismus, die Vogt und Büchner, die Moleschott und Ule sind zugleich auch die Prediger der leiblichen Genußsucht und aller Fleisছেeslust. „Gib uns unser täglich Fleisch!“ — läßt Moleschott beten.

Der Herausgeber.

Antiochus entnommen. Dieser Fürst, ein Verehrer der Circusspiele, berief aus Rom Gladiatoren, deren Namen allein schon seine Griechen zittern machte. Doch Antiochus hatte sich dessen versehen — er ließ ankündigen, daß bei den Spielen kein Blut vergossen werden würde. Und wenn es dennoch geschah und das Volk auch das erste Mal den Kopf mit Schrecken wandte, es währte nicht lange, so hatte es sich daran gewöhnt und fand bald eben so viel Vergnügen an diesen abscheulichen Schauspielen als die Römer. Man sieht hieran, wie nach und nach das Uebel sich fortpflanzen und Wurzel fassen kann.

Wir sind so sehr durch die Gewohnheit getäuscht, so daß wir uns sicherlich weit erhaben über unsere Brüder, die Menschenfresser Brasiliens und der Maghellanischen Länder wähnen. „Barbaren — würden wir ihnen zurufen, sollten wir Zeuge sein ihrer schrecklichen Mahle — haltet ein! Was, Ihr wagt es, in Euern Schooß die noch zuckenden Glieder Eures Gleichen einzuschließen? Dieser Mensch, den Ihr zu verschlingen geht, er hat, wie Ihr das Tageslicht erblickt, sein Herz hat, wie das Euere, an dem Herzen einer Frau geschlagen und er hat wie Ihr die Umarmungen seiner Kinder entgegengenommen, die von nun an keine Stütze mehr haben werden!“ — „O, gehet, würden die Wilden Euch antworten, gehet, Ihr Männer des bösen Rathes, Ihr flöhet Schrecken ein! Dieser Mensch, der Euer Erbarmen erregt, war nicht unser Bruder, er war unser Feind, er hatte uns das gleiche Schicksal zugebracht, das jetzt ihn ereilt. Aber Ihr, Ihr habt keine Entschuldigung, denn Ihr nährt Euch nicht vom Tiger, noch von der Schlange, die, Euere Feinde, Euch nach dem Leben trachten, sondern vom Ochsen, welcher arbeitet für Euch, von der Ziege, die Euch ihre Milch liefert, vom Schaf, das Euch kleidet mit seiner Wolle!“

Hogarth, der Sittenmaler, hat uns in einer Reihenfolge Gemälde den Fortschritt des Verbrechens gemalt, vom Morde des Thieres an bis zu dem des Menschen. Er stellte diese Bilder in den Straßen Londons aus, und Jeder, der sie sah, hatte wohl gut ausrufen: O, dahin wird's mit mir nicht kommen! — Aber, es würde leichter sein, den Wagen aufzuhalten, der am Abhang eines Berges herunterrollt!

Warum tödtet man die Thiere ohne Gewissensbisse? Voltaire hat uns diese Frage vollkommen beantwortet. „Die Menschen, sagt dieser Schriftsteller, so urtheilsfähig, wenn ihn seine Leidenschaft nicht irreführte — haben niemals Gewissensbisse bei Handlungen, an die sie gewöhnt sind. Man erträgt darum diesen Irrthum, weil er verjährt ist. Wenn er neu wäre, würde er Abscheu und Schrecken erregen. Die Menschen, so aufgeklärt sie sind, sind die Sklaven von 16 vorausgegangenen Jahrhunderten der Unwissenheit! Die Unwissenheit und Barbarei unserer Vorfahren, weit entfernt, eine wirkliche Regel für uns zu sein, sollte uns nur zum Beweis dienen, daß sie auch heute noch so handeln würden, trotz unserer Aufklärung.“

Gefühllose Mutter! Du gibst Deinem kleinen Kinde Fleisch! Es verweigert's standhaft und Du sagst, es auf's Neue auffordernd: man muß es daran gewöhnen, da es doch eines Tages davon essen muß. Warum sagst Du nicht vielmehr: „Geben wir ihm keines, da doch die Natur sich noch so deutlich durch seinen Mund ausspricht, trotzdem ihm mein (fleischgenährtes) Blut und meine Milch seinen natürlichen Instinct

schon verdorben haben sollten! Nein, mein Kind, Du sollst nicht durch meine Schuld böse werden, denn, ich sehe es, Du bist nicht gemacht, es zu sein. Du bist nicht geboren inmitten des Gebrülles der wilden Thiere, sondern die zärtliche Liebe war es, die Dir das Leben gab."

Wie oft habe ich bei der Abfassung dieses Buches innegehalten, plötzlich bereit, es wieder aufzugeben. Ich fühlte alle meine Worte mit Bitterkeit zurückgestoßen und unbeachtet von der Unempfindlichkeit und Theilnahmlosigkeit der Menschen; ihr kalter Spott ließ mich die Vergeblichkeit aller meiner Anstrengungen sehen. Und bald hätte ich mein Buch den Flammen wieder überliefert, wenn mich nicht der Gedanke ermutigt hätte, daß das, was ich schreibe, vielleicht von einem spätern Jahrhundert dankbar aufgenommen würde.

Man kann oft sicher überzeugt von dem Werthe einer Sache sein, ohne daß es möglich ist, sie sofort auszuführen. Als Copernikus sein Weltssystem veröffentlichte, wollte man ihm auch durch wichtige Gründe vorhalten, daß es falsch sei. Copernikus begnügte sich zu antworten: „Die Zeit wird's lehren!“ Und die Zeit hat's gelehrt. Ebenso wird's sein mit meinen aufgestellten Moralsätzen. „Ist's möglich, werden einst die Neger ausrufen, daß wir den Flitterkram der Weißen so theuer bezahlten!“ Und ist's möglich, daß wir so lange unsere Hände in das Blut der unschuldigen Thiere tauchen konnten trotz unserer milden Grundsätze — wird eines Tages die Menschheit ausrufen!

„Es ist zu spät!“ werdet Ihr mit Schmerz ausrufen. Doch, wenn es auch zu spät ist für die Menschen von heute, so ist's nicht zu spät für morgen. Man muß den Menschen weit vorwärts nehmen, in seinem Enkel, in seinem zwanzigsten Enkel! Fanget an, jetzt gleich, zu arbeiten für die Geschlechter, die später, nach tausend Jahren kommen sollen. „Aber wir werden sie nicht sehen.“ — „O, wohl werdet Ihr sie sehen, sie werden Euch noch im Paradiese danken!“

Amalie Struve.

Amalie Struve, die edle Gattin des bekannten Volksmannes und Geschichtsschreibers G. v. Struve äußert sich in ihren „Erinnerungen“ also: „Von meiner Kindheit an hatte ich gegen die Fleischspeisen einen gewissen Widerwillen empfunden, das Fleisch mancher Thiere, namentlich der Schweine, habe ich nie genossen. Der Einfluß der Erziehung und meiner Umgebung hatte zwar die Stimme meines Gefühls zurückgedrängt, sie machte sich jedoch mit neuer Kraft vernehmlich, als ich durch Struve auf das Unnatürliche der Fleischnahrung aufmerksam gemacht wurde. Mit voller Ueberzeugung schloß ich mich einer Lebensweise an, welche meiner Art zu denken und zu empfinden durchaus entsprach. Daß die Nahrung des Menschen einen mächtigen Einfluß habe auf seinen Körper und durch diesen auf seinen Geist, ist unleugbar. Welche Nah-

nung übt aber wohl den günstigsten Einfluß auf Körper und Geist? Bei welcher Nahrung wird das Blut am reinsten, der Schlag des Herzens am kraftvollsten und gleichmäßigsten sein? Bei welcher Nahrung wird unsere Einbildungskraft und die ganze Welt unserer Gedanken und Gefühle am wenigsten verletzt? Gewiß ist es nicht die Fleischnahrung, welcher wir Frauen das Wort reden können. Die Speisen, welche nur genommen werden können durch Tödtung lebender, für Schmerz und Freude empfindlicher Wesen, wird das Weib den unschuldigen Genüssen, welche uns die Pflanzenwelt bietet, nicht vorziehen? Der Abscheu, welchen jedes fühlende Wesen gegen die Schlächterbänke hegt, das Mitgefühl, mit welchem wir die armen Thiere zu denselben begleiten, hat ohne Zweifel eine tiefere Bedeutung. Ich überlasse es den Gelehrten, die vegetabilische Lebensweise wissenschaftlich zu begründen. Nordamerikaner, Engländer, Franzosen, Deutsche und Italiener haben diesen Gegenstand in ausführlichen Schriften behandelt. Ich verweise auf die Werke von John Smith, Glerzès, S. Graham, Cocci, Struve und viele Andere. Eine Erfahrung von 4 Jahren, während welcher ich selbst nur von Vegetabilien lebte, bestätigte mir die Richtigkeit der Stimme meines Innern und der Lehrsätze des Pythagoras. Bezeichnend ist es jedenfalls, daß wie in den schönen Zeiten von Griechenland und Rom die Pflanzennahrung unter den edelsten Männern üblich gewesen, sie sich auch jetzt wiederum unter den edelsten Männern unserer Tage Bahn bricht. In Nordamerika leben viele Tausend Gebildete nur vom Pflanzenreich und dort wie in England bestehen sogar Gesellschaften, deren Aufgabe es ist, die vegetarianische Lebensweise zu fördern *)".

Prof. Dr. Fr. Daumer.

Dieser bekannte Dichter und Schriftsteller leiht folgender Weise der Entfugung „des blutigen Mahles unter der Decke des Küchenprozesses“ das Wort:

Unter den kultur- und sittengeschichtlichen Reformen, welche zu erzielen sind, ist eine diätetische, wo nicht die allerwichtigste, doch wohl eine der wichtigsten. Noch wird die gebildete Welt durch einen scheußlichen Rest von Barbarei befeckt, indem die alt-herkömmlichen grausamen Thiereschlächtereien und leichenhaften Genüsse noch so ganz allgemein im Schwunge gehen, daß sich die Menschen gar nicht denken mögen, wie das anders sein könne und ein Abscheu vor diesem Greuel, ein Tadel desselben und ein in Beziehung darauf hervortretendes Reformbestreben Verwunderung erregt, als etwas Absurdes und Lächerliches betrachtet wird, ja Erbitterung und Haß zur Folge hat.

*) Auch in Deutschland hat sich 1867 ein solcher Verein von Vegetarianern gebildet, unter dem Vorstehe des Herrn Ed. Valher in Nordhausen. Sein Organ ist das oben, S. 21 schon erwähnte „Vereinsblatt“, das unter der Ueberschrift „Mitgliedschaft“ die jeweilig neu eingetretenen Mitglieder verzeichnet. Schon zählt der Verein zu Hunderten.
Der Herausgeber.

Diese
human
Ein re
Mensch
Leichen
neigend
dem we
haberei
leider
von Be
wiltthete
an and
schwand
kost me
des Me
Pfleger
weisen.
auch le
durchau
Wasser
stank, f
wickelte
zartes
sicht un
man is
er sich
nun al
Vernen
und er
das fre
war de
gegenu
diätetis
sittliche
Physio
Gründ
schastli

Fleisch
Nr. 20

Diese Barbarei zu tilgen, ist eine Aufgabe, deren Lösung durch die gewichtvollsten humanistischen, moralischen, ästhetischen und physiologischen Gründe nahegelegt wird. Ein reiner Kulturzustand, eine durchgreifende Entwildung und Verfeinerung der Menschheit ist bei einem so allgemein herrschenden förmlich organisirten Mord- und Leichenfräßsystem offenbar nicht möglich, und daß durch eine sich so sehr zur Fäulniß neigende Nahrung ein Heer von Krankheiten gezeugt und genährt wird, welches außerdem wegfallen würde, ist so leicht zu sehen, daß nur eine sehr hartnäckige Fleischliebhaberei sich dagegen verblenden kann. Bevor ich das Fleisessen aufgab, welches ich leider nicht zu thun wagte, nachdem ich bereits ein halbes Jahrhundert gelebt, litt ich von Zeit zu Zeit an furchtbarem Zahnschmerz, der viele Tage und Nächte lang fortwüthete; seitdem ich mich jener Kost enthalte, habe ich dieses Uebel verloren *). Auch an andern Individuen habe ich interessante Beobachtungen der Art gemacht. So verschwand z. B. bei einem Kinde die Würmer, an denen es litt, sobald es keine Fleischkost mehr erhielt. Daß durch die kadaveröse Diät auch für den Geist und das Gemüth des Menschen sehr große Nachtheile entstehen, scheint mir eine an meinem ehemaligen Pflegeohn, dem bekannten Findling Caspar Hauser gemachte Erfahrung zu beweisen. Dieser in seinem Käfig mit Wasser und Brod erhaltene junge Mensch genoß auch lange Zeit nach seinem Auftreten in der Welt nichts Anderes und wollte auch durchaus keine andere Kost. Doch gewöhnte er sich allmählig ohne Nachtheil auch an Wasseruppen, Mehlsbrei und ungewürzte Chokolade; vor Fleisch, das ihm unerträglich stank, hatte er ungeheuern Abscheu. Hierbei nun sah er stets wohlgenährt aus, entwickelte eine bedeutende Fassungskraft und offenbarte ein außerordentlich feines und zartes Gefühl. Man brachte ihn zuletzt, wiewohl nur mit der alleräußersten Vorsicht und Allmähligkeit auch dahin, an gewöhnlicher Kost theilnehmen zu können, indem man ihm zunächst nur einen Tropfen Fleischbrühe in seine Wasseruppe gab und als er sich daran gewöhnt hatte, eine verstärkte Zuthat eintreten ließ u. s. w. Es zeigte sich nun aber die bedauerlichste Aenderung in Beziehung auf Geist und Gemüth; das Vernen kam ihm ungemein schwer an, das Gede seiner Natur trat in den Hintergrund und er stellte sich nur noch als ein ganz gewöhnliches Individuum dar. Man schrieb das freilich eher allen andern Ursachen als der Gewöhnung der Fleischkost zu; ich selbst war damals noch weit davon entfernt, so darüber zu denken als jetzt. Auf meinem gegenwärtigen Standpunkt aber kann ich nicht wohl zweifeln, daß der in Rede stehende diätetische Greuel dem Menschen nicht nur in leiblicher, sondern auch in geistiger und sittlicher Hinsicht von allerwichtigstem Schaden ist, so sehr er auch zur Zeit noch von Physiologen und Aerzten in Schutz genommen wird — gewiß aus keinen andern Gründen, was sie auch selbst für welche vorbringen mögen, als weil sie selber leidenschaftliche Liebhaber dieser unmenschlichen Nahrung sind. Denn leider pflegt der

*) Zahlreiche ähnliche Beispiele der Schmerzstillung und Fieberlinderung nach Fleiscentfagung s. i. Hahn, Naturg. Diät, sowie in Naturarzt 1869, Nr. 6, u. 1867, Nr. 20—22.
Der Herausgeber.

Mensch seine Vernunft nur dazu zu gebrauchen, um durch scheinbare Vernunftgründe Dasjenige zu rechtfertigen, was ihm aus ganz andern Gründen beliebt und wohlgefällt.

W. Bennett.

Mein lieber Leser möge eines Morgens frühzeitig aufstehen und mit mir einen Besuch nach Smithfield (dem Londoner Viehmarkt) machen. Die frische Morgenluft durchzieht den Hyde Park und weht uns lieblich an. Muntere Vögel hüpfen von Zweig zu Zweig und zwitschern ihr Morgenlied. Eine große Menge wogt in Geschäften oder des Vergnügens wegen auf und ab. Wir durchschreiten die nach Smithfield führenden benachbarten Straßen. Niemals vorher hat dich dein Wille oder der Zufall in jenen Theil von London geführt. Die dortigen Stadtviertel sind schlecht und eng gebaut und tragen das Aussehen wirklicher Armuth an sich. Noch nie warst du Zeuge solch ausgeprägter Anzeichen von moralischer Verdorbenheit und geistiger Entartung, als du auf den Gesichtszügen und Sitten der männlichen und weiblichen Bevölkerung und in den Gesichtern der armen kleinen Kinder ausgeprägt findest, jenem Pöbel der Höfe und Räume jenes Viertels. Ich nehme deine schauernde Hand und geleite dich vorwärts. Wir befinden uns an der Grenze des Marktes. Auge und Ohr werden zu gleicher Zeit in Anspruch genommen. Beide sind unter dem Eindruck einer unerträglichen Last von Qual und Leiden, welche die Luft zu durchdringen scheint, in unfreiwilliges Schweigen versunken. Im Moment des Weiterschreitens pressst du dich fester an mich und die Schläge deines unruhigen Herzens werden immer hörbarer. Menschen und Thiere scheinen vermischt zu sein: Das wilde Gebahren einiger aufgeregter Thiere wird durch das gleich wilde Benehmen ihrer Wärter niedergehalten; anderseits sieht man, gedrängt in dichte Massen, milde Ausdauer und geduldiges Leiden — die übertriebenen Thiere sind in tiefes Träumen versunken. Die Wuth, die Bosheit, die Geberden, die Sprache, die muthwillige Grausamkeit, die blutdürstige Hestigkeit, das brutale und mit sichtbarem Ergötzen zur Schau getragene unmenschliche Benehmen der Führer erregt in der empfindsamen und solcher Auftritte ungewohnten Brust eine anschwellende Gemüthsbewegung und eine unbezwingbare Pein, welche nur beim Hinwegeilen unter einem Thränenstrom gemildert werden kann. Noch lange Zeit werden diese Auftritte dein Herz im Traum und in wachen Augenblicken erfüllen! — Man kann nicht bei Whitechapel (dem Londoner Fleischmarkt) vorüberschreiten, ohne Zeuge zu sein von den Schrecken des Schlachthauses. Die Gäßchen sind mit geronnenem Blut bestanden und die Rinnsteine rauchen von frischem Blute. In ihnen wälzen sich Schweine, deren edelhafte Theile nächstens zum Verkauf aushängen werden. Mit Ekel erfüllt uns der Anblick der Kinder, welche in Fegen die Abfälle aufheben und mit blutbeschniemenen Fingern und bluttriefendem Munde daran saugen. — Wenn diese Dinge zufällig oder bloß gelegentlich stattfänden,

wir würden sie hier gar nicht erwähnt haben — sie sind aber das unvermeidliche und von der blutigen Nährweise unzertrennliche Ergebniß. Ein Jeder, der mit solchen Erzeugnissen seinen Tisch versorgt, ist nicht länger unschuldig an dieser Schauderdiät — er gewährt seiner Fortdauer die Stütze! —

Es gibt viele Dinge, welche man gewöhnlich als mit Laster und Tugend nicht genau zusammenhängend betrachtet, die aber nichts destoweniger eine direkt sittliche Haltung haben und auf das Glück und die Wohlfahrt der Familien keinen geringen Einfluß üben. Zu diesen gehört die häusliche Lebensweise und Einrichtung. Der leitende Grundgedanke eines Hauses wird den Geist desselben beherrschen. Gegenwärtig sind in den meisten Familien die Mahlzeiten dieser leitende Gedanke und die Hausfrau ist in Folge dessen die Sclavin ihrer Küche. Die Anordnungen der erforderlichen Bedienung, sowie die nöthige Herbeischaffung und Zubereitung der Lebensmittel nehmen den größten Theil des Tages in Anspruch; in dem Wunsche, ihrem Ehemanne und den übrigen Tischgenossen zu gefallen, in dem Zeitverlust einerseits und in der Aufmerksamkeit und Mangelhaftigkeit andererseits, es könnte gerade im entscheidenden Momente etwas Störendes vorkommen, fällt der größere Theil ihrer Gedanken dieser Arbeit der häuslichen Maschinerie zum Opfer*). Man sollte glauben, die Befreiung der Frau aus dieser ihrem Menschthum unwürdigen Lage müßte allein schon einige Opfer werth sein. Wenn Bequemlichkeit und Glück und der wahre häusliche Genuß irgendwie Einfluß üben auf Tugend und Sitte, so glauben wir sicher, die vergrößerte Einfachheit des Lebens und der Sitten dazu zählen zu dürfen, da letztere eng mit den ersteren verbunden sind. Die ungeheure Erleichterung im Haushalt, die wiedergewonnene Zeit und Freiheit, die hinzugetretene Reinlichkeit, Vernunftmäßigkeit und Schönheit, und der besondere sittliche Reiz, seinen Haushalt nicht mit Blut bedeckt zu wissen, alles dies zusammen genommen mit den vielfach erfahrenen anderweitigen Vortheilen spricht gewiß sehr zu Gunsten einer Veränderung des Systems.

G. Cuvier. Florens. Owen.

Diese drei bekannten Forscher und Lehrer der vergleichenden Anatomie legen einstimmig Zeugniß dafür ab, daß der Mensch von Gott und Natur auf die Fruchtnahrung angewiesen sei. Cuvier sagt: „Der Mensch gleicht keinem fleischfressenden Thiere. Die Pflanzenfresser haben zellenförmige Grimmdärme und es gibt keine Ausnahme dabei, wenn nicht der Mensch die einzige bilden sollte.“

„Der Orang-Outang gleicht sowohl in der Ordnung als in der Zahl der Zähne

*) Man vergleiche hierzu: Hahn, Prakt. Handbuch I. Abth. 2. Aufl. S. 127 u. folg. Man findet auch in diesem Buche S. 48—131 sowohl die allgemeine Lebensweise, wie die besondere Nährweise vom naturgemäßen, naturgesetzlichen Standpunkte in der ausführlichsten Weise besprochen. Der Herausgeber.

vollkommen dem Menschen. Er ist der menschenähnlichste der Affen, von denen alle genaue Fruchteesser sind. Diese Uebereinstimmung besteht bei keiner andern Thiergattung, welche von verschiedener Nahrung lebt. Bei vielen fruchteessenden Thieren sind die sogenannten Hundszähne bestimmter und entschiedener ausgeprägt, als beim Menschen. So ist auch die Aehnlichkeit des menschlichen Magens mit jenem des Orang-Outangs größer, als mit irgend einem andern Thiere. — Auch die Eingeweide sind übereinstimmend mit jenen der pflanzenfressenden Thiere, welche eine große Oberfläche für die Aufsaugung darbieten und weite, zellenförmige Grimmdärme haben. Auch der Blinddarm, obgleich kurz, ist größer als jener der Fleischfresser und selbst hier behält der Orang-Outang seine gewöhnliche Aehnlichkeit bei.“

„Der Bau des menschlichen Körpers paßt in jedem wesentlichen Theilchen auf eine rein vegetabilische Nährweise.“

An einem andern Ort sagt Cuvier: „Der Mensch scheint zur Nahrung von Früchten, Wurzeln und andern saftigen Pflanzentheilen gebaut zu sein. Seine Hände gewähren ihm die Leichtigkeit, sie zu pflücken; aber seine kurzen und mäßig starken Kinnladen einerseits, und die den übrigen Zähnen gleichstehenden Eckzähne und die höckerigen Backenzähne andererseits werden ihm nicht wohl erlauben, Gräser oder rohes Fleisch *) zu verzehren.“

Flourens sagt (De la longévitè de la vie humaine, p. 135): „Bei allen Thieren gibt die Form der Backenzähne die Nährweise an. Der Löwe, welcher nur Reißzähne hat, nährt sich ausschließlich von Beute und selbst von noch lebender Beute; der Hund mit gemischten Zähnen beginnt, seiner Fleischnahrung vegetabilische hinzuzufügen, und der Bär mit lauter Mahlzähnen kann sich ganz von Vegetabilien ernähren.“

„Der Mensch ist nicht Fleischfresser, er ist auch nicht wesentlich Gräserfresser. Er hat z. B. nicht die Zähne der Wiederkäuer, auch nicht ihre vier Magen und den Darmkanal 28—48 mal länger, wie sein Körper.“

„Durch seinen Magen, seine Zähne, seinen Darm ist der Mensch naturgemäß und ursprünglich Fruchteesser, wie der Affe.“

Owen sagt: „Die Affen und Meerfagen nähren sich von Früchten, Körnern, Nußkernen und andern Formen, in welchen die schwächsten und nahrhaftesten Gewebe des Pflanzenreiches ausgearbeitet werden; und die auffallende Aehnlichkeit zwischen der Zahnstellung der Vierhänder und der der Menschen beweist, daß der Mensch mit seiner Nahrung ursprünglich auf die Früchte der Gartenbäume angewiesen war.“

Aehnlich wie diese drei Forscher erklären die übrigen berühmtesten Anatomen Linné, Bell, Blumenbach, Cassendi u. A. den Menschen weg von der Fleischnahrung herüber zu der Früchtenahrung. S. Hahn, Naturgem. Diät.

*) Die geborenen Fleischfresser: Tiger, Löwen, Raue, Hund etc. fressen bekanntlich gar nicht. Mit ihren Reißzähnen zerreißen sie das Fleisch in kleinere Fetzen und verschlingen solche, durchaus ungekaut und nahezu uneingespeichelt.

thierisch
rung hä
ringsten
Liebi
der Lan
Staat f

„Wenn
Aufgabe
dungen
kann.“

wie in
(durch
den Un
wohl 25
tarianer
Gotteser

angestell
licher Fl
schen vol
„Der f
heuern
Tiger.

mehr
verbrauc
hervorge
hältnisse
diese das
rothe Fl

wenn m
feln im
der Vere
der Voll
Lebensw
Hahn,

Stimmen der Naturforscher.

Professor Voit in München sagt (Ueber die Theorien der Ernährung der thierischen Organismen, 1868, S. 35): „Die Erhaltung und Zunahme der Bevölkerung hängt zunächst von der Möglichkeit ab, die Erzeugung der Nahrung mit den geringsten Mitteln zu erreichen, oder so sehr als möglich zu steigern.“ Professor J. v. Liebig sagt ähnlich (Chemische Briefe S. 186): „Eine jede Kraftverschwendung in der Landwirthschaft, in der Industrie, sowie in der Wissenschaft und namentlich im Staat kennzeichnet die Rohheit und den Mangel an wahrer Bildung.“

Und Professor Moleschott sagt das Gleiche (Kreislauf des Lebens S. 476): „Wenn die Kraft der Stoff und der Stoff die Kraft ist, dann wird es zu einer heiligen Aufgabe, den Stoff zu sparen, d. h. ihn auf die Bahnen zu lenken und in die Verbindungen zu sammeln, in denen er auf dem kürzesten Wege die größte Wirkung entfalten kann.“

Nun sagt uns aber Alex. v. Humboldt: „Eine Strecke Landes, welche, wenn wie in Europa mit Weizen bebaut, zehn Personen ernähren, und durch seine Erzeugnisse (durch Mästung) in Thierfleisch verwandelt, kaum mehr als einem Menschen den Unterhalt gewähren würde, vermag in Mexiko, mit Bananen bepflanzt, wohl 250 Menschen zu unterhalten.“ Ein Fleisßeßer also raubt in Europa 9 Vegetarianern und in Mexiko 249 Vegetarianern die Möglichkeit des Daseins auf der lieben Gotteserde!

Der Engländer J. Scholfield weist ein ähnliches Verhältniß auf Grund angestellter Versuche nach; er bemerkt, daß 5 englische Morgen Landes bei ausschließlicher Fleischdiät nur einen Menschen, bei Broddiät 12 und bei Kartoffeldiät 77 Menschen vollkommen zu ernähren vermögen*). Liebig sagt darum auch mit allem Recht: „Der fleisßeßende Mensch bedarf zu seiner Erhaltung eines ungeheuern Gebietes, weiter und ausgedehnter noch, wie der Löwe und Tiger. Eine Nation Jäger auf einem begrenzten Gebiet ist der Vermehrung durchaus unfähig. In seinen beschwerlichen und mühevollen Jagden verbraucht der Indianer durch seine Glieder eine große Summe von Kraft, aber die hervorgebrachte Wirkung ist sehr gering und steht mit dem Aufwand in keinem Verhältniß.“ — „Die vegetabilische Nahrung, namentlich die Getreidesamen und durch diese das Brod, enthalten eben so viel Eisen, wie das Rindfleisch, überhaupt wie das rothe Fleisch.“ — „In 1000 Theilen frischem, reinem Muskelfleisch sind 13 Gewichtsz-

*) Zu den gleichen Ergebnissen kommt man auf dem Wege der Untersuchung, wenn man die chemischen Nährbestandtheile des Fleisches, des Weizens und der Kartoffeln im Zusammenhang mit den Marktpreisen dieser Verbrauchsstoffe zur Grundlage der Berechnung wählt. Vergl. das treffliche Schriftchen von G. Balzer: Die Reform der Volkswirthschaft, vom Standpunkte der natürlichen Lebensweise (die „natürliche Lebensweise“ 2. Thl. S. 7 u. ff.) Nordhausen. Förstmann. 18 Sgr. Man vergl. ferner P a h n, Prakt. Handbuch, I. S. 91 und S. 96; ferner Naturarzt 1868, S. 124.

theile, in 1000 Theilen Roggen- und Weizenkorn 21 Gewichtstheile Nährsalze enthalten" — also die Hälfte mehr! Und doch fäseln die Fleischprediger immer, das Fleisch sei nahrhafter, als Roggen- oder Weizenkorn! Dazu kommt, daß in 1000 Theilen frischem, reinem Fleisch an die 800 Theile Wasser, dagegen in 1000 Theilen Weizen oder Roggen nur etwa 120 bis höchstens 150 Theile Wasser enthalten sind.

Der sittigende, bildende Werth des Ackerbauers gegenüber dem jagenden oder viehzüchtigen Fleisشةffer kann kaum klarer und richtiger aufgefaßt werden, als dies in der Rede des nordamerikanischen Indianerhäuptlings geschehen, welche uns der Franzose Crèvecoeur überliefert hat. Jener, seinem Stamme, den Mississäuern den Ackerbau empfehlend, sprach: „Seht ihr nicht, daß die Weißen von Körnern, wir aber von Fleisch leben? daß das Fleisch mehr als dreißig Monden braucht, um heranzuwachsen, und oft selten ist? daß jedes der wunderbaren Körner, die sie in die Erde streuen, ihnen mehr als hundertfältig zurückgibt? daß das Fleisch vier Beine hat zum Fortlaufen, und wir nur zwei, um es zu haschen? daß die Körner da, wo die weißen Männer sie hinsäen, bleiben und wachsen? daß der Winter, der für uns die Zeit der mühsamen Jagden, ihnen die Zeit der Ruhe ist? Darum haben sie so viele Kinder und leben länger als wir. Ich sage also Jedem, der noch hört: Bevor die Bäume über unseren Hütten vor Alter werden abgestorben sein, und die Ahornbäume des Thales werden aufhören, uns Zucker zu geben, wird das Geschlecht der Kornsäer das Geschlecht der Fleisشةesser vertilgt haben, wofern diese Jäger sich nicht entschließen, zu säen.“ Auch bei uns, hier in Europa, vertilgt noch von Stunde zu Stunde das Geschlecht der kornsäenden Landleute das Geschlecht der fleisشةessenden Stadtbewohner. „Die Bevölkerung der großen Städte, sagt Dr. Oesterlen in seiner Hygiene (2. Aufl. S. 789) — erhält sich und wächst fast nur durch Zuzug vom Lande, selbst von fernern Ländern, wie durch die Nachkommenschaft der Mittel- und Armenklassen.“ Ihre, durch das Fleisشةessen auf die Spitze getriebenen fleischlichen und sinnlichen Gelüste aller Art zehren die Großstädter auf, entmannen sie, machen sie früh altern und strecken sie vorzeitig ins Grab. Die frühe Anwartschaft auf das Todtenreich, die jener schlichte Indianerhäuptling schon als das Ergebnis des Fleisشةessens für seine wilden Horden erkannt hatte, Liebig beweist sie also auch für uns gebildeten Europäer auf chemischem, und Oesterlen auf statistischem Wege. Je mehr der Fleisشةgenuß allgemeiner zu werden und überhand zu nehmen droht bei der Bevölkerung eines Landes, eines Staates, je mehr auch geht dieser seinem sittlichen, geistigen und leiblichen Verderben entgegen. Fleisشةeslust ist Sinnenslust, Sinnenslust ist Genußsucht, Genußsucht aber ist Verweichlichung, und Verweichlichung — Verderben, Untergang!

Der Versuch, das Experiment.

Eigenthümlich: In der Naturforschung lassen die Gelehrten für gewöhnlich nichts gelten, als den Versuch, das Experiment, d. h. die durch eine Anzahl, eine größere Reihe von Versuchen dargelegte Thatfache. Nur sie beweist; nur sie berechtigt zu dent-

richtig
tarian
a prio
Wund
werden
ist in t
lüstern
der Be
Aber n
es die
der Be
Beobac
und m
nismus
stellt!
oder sel
staltend
Pforte

fennntni
rung n
stritten
und un
geben.
Fleisch
Lange
diesem
aber lie
ist da:
Leben u
Fleisch
Kreise
Volksto

des Tal
bis jezt
Nährf

richtigen Folgerungen. Kommt man diesen Herren Gelehrten aber heute mit der vegetarischen Frage, da fallen sie ganz aus ihrer Rolle, sie urtheilen und schließen rein a priori, rein theoretisch, auf Grund der ach! so oft trügerischen Vernunft! Was Wunder, wenn da fast immer Fehlschlüsse zu Stande kommen und Urtheile geäußert werden, die Alles eher, denn wissenschaftlich, denn unbestechlich wahr sind. Ihre Vernunft ist in kurzfristigen, falschen Annahmen und Vorurtheilen befangen, ihr Verstand vom lüsternden Gaumen, von Zunge und Magen bestochen! Darum der Versuch, einzig nur der Versuch kann auch hier, wie in allen naturwissenschaftlichen Fragen entscheiden. Aber natürlich der Versuch nicht bloß von wenigen Tagen und Wochen, sondern, wie es die Natur der Sache verlangt, bis zu Monaten und selbst Jahren ausgedehnt; und der Versuch, nicht bloß mangelhaft und einseitig, sondern auf reinem Versuchs- und Beobachtungsfelde veranstaltet*). Ein solcher Versuch aber wird und muß, wenn ernst und männlich, fest und beharrlich durchgeführt, unfehlbar zu Gunsten des Vegetarismus entscheiden. Er that es noch immer, schon hundert- und tausendfältig angestellt! Die Natur lügt nie! Der Vegetarianismus, bewußt, entweder in die Massen, oder selbst nur in die leitenden Häupter der Massen eingedrungen, hat eine Welt umgestaltende Macht. — Er wird zur Grundsäule der reinen, schönen Menschlichkeit, zur Pforte des irdischen Paradieses!

Das Gift.

Fleisch ist nicht Nahrungsmittel, sondern Fleisch ist Gift — so lautet das Bekenntniß der Vegetarianer; es ergab sich ihnen aus richtiger Denk- und Schlußfolgerung nicht bloß, sondern auch aus praktischer, vielfach geprüfter Erfahrung. Sie bestritten keineswegs, daß das Fleisch nicht auch nährenden Eigenschaften habe, aber fest auch und unleugbar hatte sich ihnen die giftige und vergiftende Eigenschaft des Fleisches ergeben. Sie beharrten trotz aller Ein- und Gegenreden auf dem Satze: Fleisch ist Gift, Fleisch ist im günstigsten Falle Genuß- und Reizmittel, nicht bloß Nahrungsmittel. Lange standen sie, angefeindet und angespottet, belächelt und als Narren erklärt, mit diesem ihrem Satze allein und gesondert, außerhalb den Kreisen der Wissenschaft; sie aber ließen sich nicht beirren. Und siehe da! auch ihre Zeit war nahe und sie kommt, sie ist da: Heute wird von keinem ehrlichen Forscher der Wissenschaft vom menschlichen Leben und seiner Ernährung mehr geleugnet, daß das Fleisch Genußmittel, daß das Fleisch Gift sei. Wie big bekennet es offen und unumwunden, selbst vor einem großen Kreise um ihn versammelter Leser: Fleisch ist Gift! Er sagt in Auerbach's Volkskalender für 1869, S. 148 u. folgende:

„Ueber die Wirkung der Genußmittel: des Kaffee's, Thee's, der Fleischbrühe, des Tabaks, Betels u. s. w. auf den Lebensgenuß und den Gesundheitszustand hat man bis jetzt nur Vermuthungen; was wir mit Bestimmtheit wissen, ist, daß sie keine Nährstoffe sind oder solche nicht in einer Menge enthalten, daß man

*) Siehe Hahn, Naturgemäße Diät, Einleitung.

Der Herausgeber.

sie (mit Ausnahme der alkoholischen Getränke, welche auch als Heizstoffe wirken) *) bei der Ernährung in Rechnung ziehen kann. Die fleisch- und pflanzenfressenden Thiere leben ohne sie und so scheinen sie denn auch kein nothwendiges Bedürfniß für die Menschen zu sein. Unerklärlich **) bleibt es jedoch, daß wir bei allen Völkern in der alten und heutigen Welt, bei allen wilden Stämmen Genußmittel der verschiedensten Art und Formen finden und daß diese Vielen zum Bedürfniß geworden sind.“ —

„Alle Genußmittel wirken — darüber herrscht kein Widerspruch — auf die Nerven ein und manche davon vielleicht in der Art, daß sie das Vermögen des Widerstandes gegen äußere Störungen vorübergehend zu vermehren vermögen (ähnlich etwa, wie der Sporn, die Peitsche beim matten, überlasteten Pferde, der Herausg.). Keines läßt sich freilich mit dem andern in seiner Wirkung vergleichen, denn jedes wirkt je nach dem körperlichen Zustande und seiner Menge in eigener Weise; manche Genußmittel mögen einfache Anzeiger sein, die uns zum Bewußtsein bringen, wie es im Innern steht. Der Mensch weiß von diesem Innern Nichts; nicht, daß er einen Magen, eine Lunge, ein Herz hat, oder daß es im Innern warm ist; in gewissen Zuständen empfindet man innerlichen Frost, ohne daß die Temperatur des Körpers abnimmt, und Hitze, ohne daß sie zunimmt; diese Empfindung ist nur der Anzeiger einer Ungleichheit, die wenn sie leicht und vorübergehend ist, durch manche Genußmittel rascher gehoben (ausgeglichen, scheinbar geheilt, der Herausg.) werden kann; ist sie dauernd, so gilt sie für ein Krankheitszeichen.“

„Eine Tasse Fleischbrühe hat häufig eine kräftigende Wirkung, nicht darum, weil ihre Bestandtheile Kraft erzeugen, wo keine ist, sondern weil sie auf unsere Nerven so wirken, daß wir der vorhandenen Kraft bewußt werden und empfinden, daß diese Kraft verfügbar ist. Das Gefühl der Schwäche, welches wieder eine Nervenwirkung ist, nimmt alsdann ab und verschwindet. Bei wirklicher Schwäche wirkt die Fleischbrühe nicht kräftigend.“

„Des Menschen Thun ist aber abhängig von der Stimmung seiner Nerven, und so läßt es sich denn begreifen, daß Dinge, die auf deren Zustand wirken, bei den unzähligen Anforderungen, die an den Menschen treten, Bedürfnisse (scheinbare, eingebildete, krankhafte — der Herausg., man vergleiche hiezu Omnibus, 1869, Nr. 1, 3 und folgende) für ihn werden; sie wirken auf das „Wollen“ und damit auf die Handlungen des Menschen ein, auf die Verwendung der vorhandenen Kraft, um Widerstände gering zu achten oder Schwierigkeiten zu beseitigen oder äußern Einwirkungen zu widerstehen, denen er sich sonst entzogen haben würde. Ein Glas Wein, ähnlich wie äußerlicher körperlicher Schmerz, ein paar Maulschellen oder eine Tracht Prügel, letztere bei Kindern ***) thun in Beziehung auf Nervenstimmung oft Wunder.“

*) Wirken? Vielleicht wirken können, wo sonst Kohlenstoffgebilde in der Nahrung fehlen. Dieß ist aber wohl nur bei ausschließlich magerer Fleischkost der Fall. Sie werden immer nur als Reizmittel getrunken!

**) Unerklärlich? Durchaus nicht. S. Hahn, prakt. Handbuch, 2. Aufl., I. Abth. S. 80 und folgende.

***) Sehr richtig; aber wieder auch sehr wichtig ist, was Professor Boek in der

tige
unnat
sich w
(der i
gelüft
gerade
darbie
richtig
nicht,
Weltt

förder
der ä
Gleid
tränke
den.“
entne
kräfti
schen

her b

Fleisch
unver
haben
barer
Stoff
derse
dige
nung
bus
Stry
gift)
Krea
finde
thieri

Cart
schon
auf d
Kaffe
hat,
I. M

„Man muß voraussetzen, daß wenn diese Genußmittel nicht gewisse sehr wichtige (aber verkehrte, nicht ursprüngliche, sondern erst durch verkehrte Bildung anerzogene, unnatürliche, der Herausg.) Bedürfnisse des Organismus befriedigten, die Menschen sich wohl schwerlich die Mühe ihrer Auffuchung gegeben hätten, und daß der Instinkt (der irregeleitete, durch Zwang, durch Gewohnheit, durch Nachäfferei zum Erretten- gelüste gewordene, der Herausg.) auf eine so wunderbare Weise unter zahllosen andern gerade solche Pflanzen auswählte, welche die nämlichen wirkenden Stoffe erzeugen und darbieten, dies beweist wohl, daß eine und dieselbe Lücke im Ernährungsprozeß (? — richtiger und bestimmter: im Nervenstimmungsprozeß — die Reizmittel nähren ja nicht, nach Liebig's selbsteigener Aussage oben, der Herausg.) in den Menschen aller Welttheile und Zonen besteht und auszufüllen gesucht wird.“

„Wir erkaufen im Thee oder Kasse gewisse (vermeintliche) Vortheile zur Beförderung der Verrichtung geistiger oder körperlicher Arbeiten, zur Beseitigung störender äußerer Einflüsse auf unser Befinden, kurz für die Erhaltung eines regelrechten Gleichgewichtes der Gesundheit, die sich nicht genau bezeichnen lassen; wenn diese Getränke eine solche Wirkung nicht hätten, so würden wir ihres Genusses bald müde werden.“ (Sie haben sie nur auf ein schlaffes, elend verkommenes, verweichlichtes, leiblich entnervtes und geistig blödes Geschlecht; der leiblich starke, geistig rege und willenskräftige Mensch bedarf ihrer nicht bloß nicht, sondern stößt sie auch mit Ekel und Abscheu von sich weg; Beispiele stehen zu Hunderten und Tausenden zu Gebote, d. Herausg.)

„Zu diesen Genußmitteln gehört die Fleischbrühe oder der Fleischextrakt, welcher bekanntlich nichts Anderes ist, als zur Honigdicke eingekochte Fleischbrühe.“

„Die Fleischbrühe enthält die mit Wasser ausziehbaren Bestandtheile des Fleisches, daher ihr Name „Extraktivstoffe“ des Fleisches; es sind dies verbrennliche und unverbrennliche Stoffe; die letztern sind Phosphate, die wir auch im Kasse und Thee haben; die Hauptmasse der verbrennlichen besteht aus sehr stickstoffreichen, unkrystallisirbaren Stoffen, deren Natur nicht näher ermittelt ist, sodann aus drei krystallisirbaren Stoffen, dem Kreatin, dem Kreatinin und dem Sarcin, von denen die beiden letztern zu derselben Klasse von Verbindungen gehören, wie das Caffein. Es ist dies die merkwürdige Klasse der Alkaloide, welche die wirksamsten Arzneimittel (Nervenreiz- und Lähmungsmittel, vergl. Naturarzt, 1868, Nr. 12, Seite 90, zweite Spalte, ebenso Omnibus 1869, Nr. 1), wie das Morphin und Chinin und die furchtbarsten Gifte, wie das Strychnin (Pfeilgift), das Coniin (Gift des Schierlingskrautes), das Nikotin (Tabaksgift) und andere, in sich schließt. In seiner Zusammensetzung steht das Caffein dem Kreatinin in der Fleischbrühe am nächsten. Keiner von den Extraktivstoffen des Fleisches findet sich in den Nahrungsmitteln des Pflanzenreiches; sie sind allein Erzeugnisse des thierischen Körpers.“

Gartenlaube von solcher „In-Stimmung setzenden Prügel“ sagt, daß nämlich ein Kind schon verzogen war, welches durch Prügel erzogen werden muß. So auch in Bezug auf die leiblichen Genußmittel. Wer glaubt, erst eine Pfeife rauchen oder eine Tasse Kaffee trinken zu müssen, bevor er seine Gedanken gesammelt, seine Nerven gefestigt hat, bei dem ist's schon höchst übel bestellt. Vergl. Hahn, prakt. Handbuch, 2. Aufl., I. Abth., S. 105—119.

Der Herausgeber.

„In China und Japan besteht keine Viehzucht; der anbaufähige Boden wird in diesen Ländern ausschließlich zum Erzeugen von Nahrung für die Menschen verwendet.

„Zieht man in Betracht, daß der Kaffee, Thee und die Gुरु-Kuß aus Ländern stammen, wo das Fleisch zu den sehr seltenen Genüssen der großen Bevölkerung gehört, so gibt dies der Vermuthung Raum, daß der Werth dieser Genußmittel für diese Bevölkerung darin liegt, daß sie Ersatzmittel der Fleischbrühe sind und deren Wirkungen zum Theil vertreten.“ (So auch bei uns zu Lande, auf dem europäischen Continent; auch hier vermag sich nur der kleinste Theil der Bevölkerung das Reizmittel Fleisch oder Fleischbrühe zu verschaffen, der Gebrauch des Tabaks und des Kaffees und der Spirituosen dagegen nimmt immer mehr überhand, der beste Beweis nebenbei auch, daß es mit der geistigen Bildung und leiblichen Gefundung statt aufwärts, mehr und mehr abwärts geht. Th. Hahn.)

„Der eigenthümliche Werth der Fleischbrühe als Genußmittel ergibt sich, wenn wir Brod oder Mehl mit Fleisch nach ihren Hauptbestandtheilen miteinander vergleichen; es enthält:

das Mehl:	Albuminate (Eiweiß- oder Stickstoffgebilde)	Heizstoffe (Stärke- oder Kohlenstoff- gebilde.)	Nährsalze	
das Fleisch:	Albuminate	Heizstoffe (Fett).	Nährsalze	Extraktivstoffe

„Das Fleisch unterscheidet sich demnach vom Brode und allen vegetabilischen Nahrungsmitteln durch seinen Gehalt an einer ganzen Anzahl merkwürdiger Stoffe, die hier unter dem Namen „Extraktivstoffe“ (i. o. Kreatin, Kreatinin und Sarcin) zusammengefaßt sind.“

„Wenn beim Auslaugen oder Kochen des Fleisches das Wasser nur diese Extraktivstoffe auszüge, so würde der Nährwerth des Fleisches nicht geringer als vorher sein, aber das Wasser entzieht dem Fleische den größten Theil der löslichen Nährsalze und dieses, nicht aber die Entziehung der (nervenerregenden, giftähnlich wirkenden) Extraktivstoffe ist der Grund, warum der Fleischrückstand keinen Nährwerth mehr hat. — Man kann annehmen, daß durch Beigabe der fehlenden Nährsalze der Fleischrückstand seinen Nährwerth wieder gewinnen werde, aber keinen andern, als der dem Brode zukommt.“

„Die Fleischnahrung besitzt, wie erwähnt, neben dem Nährwerth, den sie mit dem Brode gemein hat, für manche Zustände einen Vorzug vor dem Brode, wegen der größeren Verdaulichkeit der Fleischalbuminate und ihres rascheren Ueberganges in den Blutkreislauf; (? eine gehaltlose Behauptung, der wissenschaftlich geführte Versuche und Erfahrungen anderer Physiologen und Aerzte entgegenstehen, siehe Naturarzt 1867, S. 96 und S. 115 in ausgiebigster Weise); aber in dieser Beziehung steht die Milch und der Käse der Fleischnahrung nicht nach; es kommt ihr außerdem aber noch eine andere, ganz eigene Wirkung auf das Nervensystem zu, die man ziemlich unbestimmt mit Spannung — Tonus — Energie (Erregung, Reizung, Stimula-

tion)
gehört

nen, n
Birch
S. 8—

ten) H
ger zu
gebrau
den Ne
den Ki
eine V

als v
ben so
manche

zeuge,
Rückem
nur u
nur zu

allgeme
werden
Bestand

täusch
sie oft
ihrer

Mögen
ungewö
Die zu
behebt
werden

enthalte
krystalli

nunzt u
gelten li

fähigste
lieb und

sie mach
Omnibu

tion) bezeichnet; darüber, daß diese Wirkung den Extraktivstoffen angehört, besteht kein Zweifel."

So Prof. Liebig. Ganz gleichbedeutend über die Genußmittel im Allgemeinen, wie über das Fleisch als Genuß- und Reizmittel im Besondern äußert sich Prof. Virchow. Er sagt in seiner kleinen Schrift: Ueber Nahrungs- und Genußmittel, S. 8—9: „Zwischen den Nahrungsmitteln und den (arzneilichen Giften, den sogenannten) Heilmitteln steht noch eine dritte Klasse, welche von den ersteren ungleich schwieriger zu trennen ist*), das sind die bloßen Genußmittel (oder Reizmittel). Ich gebrauche diesen freilich leicht mißverständlichen Ausdruck durchweg in dem Gegensatz zu den Nahrungsmitteln, indem ich damit solche Dinge meine, deren Aufnahme in den Körper keine Nothwendigkeit, sondern nur (durch Gewöhnung scheinbar**) eine Unnehmlichkeit ist und daher weniger aus einem natürlichen, als vielmehr aus einem durch besondere Vorgänge geweckten Streben folgt. Genußmittel wirken wesentlich auf unsere Empfindungen, und zwar manche mehr auf die peripherischen Sinnesorgane, namentlich auf die Geschmackswerkzeuge, andere mehr auf die Mittelpunkte des Nervensystems, namentlich Gehirn und Rückenmark. Aber sie ernähren diese Theile nicht; sie verändern sie nur und zwar meist nur auf kurze Zeit***). Sie haben daher in der Regel nur zu gewissen einzelnen Theilen eine Beziehung, nicht wie die Nahrungsmittel eine allgemeinere Bedeutung für alle oder viele Theile des Körpers. Manche von ihnen werden durch Gewohnheit und Sitte gewöhnliche, alltägliche, allgemeine und dauernde Bestandtheile der Mahlzeiten, gleichsam als ob sie Nahrungsmittel wären. Aber man täuscht sich, indem man sie für wahre Nahrungsmittel nimmt. Vielmehr gleichen sie oft genug den (Arznei- oder sogenannten) Heilmitteln, indem der „Trieb“ zu ihrer Aufnahme durch ungehörige Zustände des Körpers geweckt wird. Mögen immerhin durch schlechte Gewöhnung diese ungehörigen Zustände aufhören, ungewöhnliche zu sein, sie bleiben in einem gewissen Sinne unnatürlich. Die zu ihrer Befriedigung erforderlichen Mittel sind demnach an und für sich entbehrlich, während begreiflicher Weise die Nahrungsmittel unentbehrlich sind. Wir werden auf diese Unterschiede noch zurückkommen.“

Virchow thut solches dann S. 41 seiner kleinen Schrift: „Kaffe und Thee enthalten sonderbarer Weise den gleichen Stickstoffkörper, das Caffein oder Thein, eine krystallisirbare Substanz, welche früher für verschieden angesehen wurde, je nachdem sie

*) Durchaus nicht, wenn man nicht mit der flügelnden, meist irrenden Vernunft urtheilt, sondern den Instinkt, als obersten Richter, als naturgesetzliche Instanz gelten läßt.
Th. Hahn.

**) Diefierweg, der große Volkslehrer, sagt: „Dem Menschen, dem bildungsfähigsten Wesen der Erde, kann man das seiner eigentlichen Natur Widersprechendste lieb und theuer machen.“

***) Sie ernähren sie nicht bloß nicht, sondern stören noch deren Ernährung, sie machen sie nach und nach matt, lahm und krank. S. die illustrierte Zeitschrift: Omnibus, Nr. 1 und folgende, 1869.

aus dem Kaffee oder dem Thee gewonnen war. Eine Zeit lang hielt man es für möglich, daß Caffein ein Nährstoff sei; insbesondere war man sehr geneigt, anzunehmen, daß er die wichtige Bedeutung habe, als Ersatzmittel für verbrauchte Nervensubstanz zu dienen. Schon die (verhältnismäßig) überaus geringe Menge von Caffein, welche in dem Kaffee und Thee vorkommt, hätte das Unwahrscheinliche dieser Meinung zeigen sollen: in den Kaffeebohnen findet sich wenig mehr als $\frac{1}{2}$ %, in den Theeblättern je nach der Sorte $\frac{1}{2}$ bis $2\frac{1}{2}$ % davon. Später kam man auf den Gedanken, das Caffein verlangsamt die Zersetzung der Stickstoffkörper und wirke dadurch erhaltend auf die Gewebe des menschlichen Leibes, wie es auch der Alkohol thun sollte. Aber es zeigte sich, daß die thatsächlichen Voraussetzungen dieser Theorie falsch waren: es tritt bei dem Kaffegebrauch gar keine Verlangsamung in der Zersetzung des Eiweißes ein. So ist man dann endlich auf die Wahrheit gekommen, daß das Caffein nichts mehr und nichts weniger als ein die Nerven stark erregender und, in größerer Menge genossen, geradezu ein giftiger Körper ist, daß also Kaffee und Thee in gewisser Weise sich verhalten, wie Tabak oder wie gegohrene Getränke, von denen jener eines der stärksten Gifte, das Nikotin, diese sämmtlich ein etwas milderes Gift, den Alkohol enthalten" *).

Man darf die Bedeutung dieser Thatsache weder übertreiben noch unterschätzen. Der Begriff eines Giftes ist bekanntlich ein sehr unbestimmter; es gibt kein einziges absolutes Gift, d. h. keinen Körper, der in jeder beliebigen Menge wirkend giftige Eigenschaften besitzt. Vielmehr tritt derjenige Grad der Schädlichkeit, welchen wir als giftig bezeichnen, immer erst bei einer gewissen Größe der angewendeten oder der wirkenden Menge ein. Auch ist es bekannt, daß der menschliche Körper sich an Gifte so weit gewöhnt, daß Mengen, welche früher einen sehr nachtheiligen Einfluß ausübten, nach häufiger Wiederholung keine gleiche Wirkung mehr hervorbringen. So erklärt es sich, daß Mancher über diese „langsamten Vergiftungen“ lächelt, gleichsam, als wenn die Gewöhnung über alle Schädlichkeiten hinausführte."

Auf der andern Seite sollte man nicht vergessen, daß gewisse Naturen sich eben nicht gewöhnen. Auf sie wirken Kaffee und Thee als Reizmittel in eben so nachhaltiger Weise, wie auf Andere Tabak und Alkohol, und der wiederholte Gebrauch führt bei ihnen eben nicht zu einer Abstumpfung, sondern unmittelbar zu einer langsamen Vergiftung. Auch ist es bekanntlich nicht so leicht, in den Genußmitteln ein Maß zu finden. Nur zu leicht wirkt der erste Genuß als ein Anreiz zum zweiten und so fort. Das Gefühl der Sättigung, welches uns gegenüber den Nahrungsmitteln nicht so leicht verloren geht, tritt bei den Genußmitteln überhaupt

*) Wie kläglich armselig, irrewandelnd, trügerisch die menschliche Vernunft und Wissenschaft meist urtheilt, ist hier einmal so recht bewiesen. So irren aber unsere Naturforscher und die Physiologen und Heilkünstler voran fast immer. Der ungetrübte Instinkt dagegen irrt nicht und darf sich gerne trösten, wenn er schon hochmüthig naserümpfend und achselzuckend von den Männern der Wissenschaft auf Seite geschoben werden will; zuletzt müssen sie ihm doch allemal noch Recht geben — er ist eben unfehlbar, er ist erstes, er ist naturgegebenes Gesetz.

Th. Hahn.

nicht in voller Schärfe ein, weil es sich dabei eigentlich gar nicht um eine Sättigung im gewöhnlichen Sinne des Wortes handelt.“ —

„Die Genuß- oder Reizmittel erregen eben die Nerven, theils örtlich an dem Orte ihrer Einwirkung, z. B. im Magen, theils allgemein, so jedoch, daß selten das ganze Nervengebiet, sondern gewöhnlich nur einzelne Nervengruppen davon betroffen werden. Hierher gehört zunächst die große Schaar der sogenannten Gewürze, welche von den mildesten Suppenkräutern bis zu den schärfsten Pfeffer- und Rettigarten hinreichen. Ihr Gebrauch ist nach geschichtlichen Ausweisen im höchsten Grade der Mode ausgebreitet gewesen, und nach Zeit und Land oft in den größten Mißbrauch ausgefallen. Je fader *) die übrige Nahrung ist, je mehr der Magen überladen wird, um so mehr macht sich das Bedürfnis nach Gewürzen (und Reizmitteln) bemerkbar. Feiner Geschmack (d. h. unverdorbener, natürlicher, nicht schon durch Reizmittel getrühter) und Mäßigkeit läßt dies Bedürfnis nur wenig aufkommen.“

„Eine weitere wesentliche Stelle unter den Reizmitteln nehmen Kaffee und Thee ein. Auch sie beide haben bedeutende Nervenwirkungen und können leicht mißbraucht werden **). Die Kaffeeschwärtern und Theebrüder, deren Genossenschaften die Mäßigkeitspriester (Gegner des Branntweingenußes) so sehr begünstigt haben, unterliegen nicht minder einer verwerflichen Leidenschaft, wie die Wein- und Schnaps- (und Bier-) trinker.“ (Man vergleiche hierzu die Abhandlung: „Zur Branntweinfrage“ im Naturarzt, 1867, Nr. 6.)

„Solche Leidenschaften beruhen einzig und allein auf mißbräuchlichen Gewohnheiten. Aber man würde ungerecht urtheilen, wenn man diesen Gewohnheiten jeden vernünftigen Grund abstreiten wollte. Die Entwicklung des gesellschaftlichen Lebens, oder wie wir kurz, wenn gleich nicht immer ganz richtig sagen, der Kultur bringt eine Menge von aufregenden Einwirkungen mit sich. Die gesteigerte Arbeit, die immer höher bemessenen geistigen Anforderungen, die schwierigere und mehr zusammengesetzte Form der Nahrung, die große Einseitigkeit der herrschenden Lebensweise erweckt das

*) Dem unverdorbenen Geschmack dünkt die naturgegebene Nahrung nicht fade; erst einer bereits überreizten Zunge oder dem gesättigten Magen erscheint sie fade, oder wenn sie durch den üblichen Küchenprozeß in unnatürlicher Trennung oder Mischung oder ausgekocht und ausgelaugt geboten wird. Auf einer Flucht, auf welcher er seinen ganzen Reiseproviant eingebüßt hatte, mußte einst König Artaxerxes Mnestemon trockne Feigen und Gerstenbrod verzehren. „Welcher Genuß — rief er nach gehaltenem Mahle — war mir bis jetzt unbekannt geblieben!“ — So auch rufen alle zur einfach reizlosen Diät zurückgelehrten Vegetarianer über ihrem Obst und Grahambrod. König Alexander schickte ähnlich einst die ihm von der Königin Ada zur Verfügung gestellten Köche mit den Worten zurück: „Ich führe stets noch bessere Köche mit mir: zum Frühstück einen morgendlichen Marsch und zum Mittagmahl ein bescheidenes nüchternes Frühstück.“

Th. Hahn.

**) Schon der geringste Gebrauch von Reiz- und Genußmitteln ist ein Mißbrauch. Man biete dem Teufel Genußsucht nur einen Finger und er nimmt die ganze Hand. Darum gibt's Fresser und Säuser sowohl in der Hütte wie auf dem Throne und unter den Cretins wie unter gelehrten Professoren und Doktoren.

Th. Hahn.

Bedürfniß nach einer gewissen Ausgleichung. Diese vollzieht sich theils auf dem Wege der Gegenreize, wo ein bestehender Erregungszustand durch einen neu hervorgerufenen abgelöst und dadurch in seiner Bedeutung herabgesetzt wird, theils auf dem Wege der unmittelbaren Betäubung. Alle diejenigen Genußmittel, welche giftige Bestandtheile enthalten, haben derartige Wirkungen und insofern müssen Kaffee, Thee, Wein und Schnaps ähnlich beurtheilt werden, wie Tabak, Opium, Betel. **Es ist ein krankhafter Zustand der Bevölkerungen, welcher sie zum Gebrauche von Mitteln treibt, die eigentlich wie Heilmittel*) wirken sollen, die aber wie die Arzneimittel bei anhaltendem Gebrauche in immer stärkeren Gaben angewendet werden müssen, um überhaupt noch eine Wirkung hervorzubringen.** Es ist schwer, solche Mißbräuche zu vernichten, so lange der Zustand der Gesellschaft immerfort das Bedürfniß wach erhält; ja man ist genöthigt, bis zu einem gewissen Grade hin nachsichtig zu sein, zumal wo es möglich ist, Mäßigkeit und Zurückhaltung durchzusetzen. Nichts desto weniger sollte man begreifen, daß es sich um kein natürliches, sondern vielmehr um künstliche Bedürfnisse handelt, denen nur durch eine Reform der Gesellschaft begegnet werden kann (**).

„Endlich erwähne ich hier der gewöhnlichen Fleischbrühe, die ich in ihrer reinen Form nur als Genußmittel anerkennen kann. Man mag ihr durch Zusatz von Eiern, Mehl, Fett und andere Zuthaten einen gewissen Nähr- und Heizwerth geben; ursprünglich ist sie nur eine höchst wässerige Lösung, theils von wenig wirksamen Heizstoffen, z. B. Leim, theils von leicht erregenden, würzigen Theilen des Fleisches. Warm genossen steht sie dem Kaffee oder Thee, weiterhin dem Wein, Schnaps oder Bier nahe; sie erregt die Nerven. — Ich behaupte, daß Fleischbrühe an sich weder ein Nahrungsmittel, noch „kräftig“ ist, und daß, wenn man das ganze Fleisch, welches man zu seiner Nahrung verwenden will, kocht und davon Brühe bereitet, man dieses Fleisch zum großen Theile unverdaulich macht, ohne in der Brühe einen Ersatz zu gewinnen. **Brühe ist ein Luxusartikel.**“

Andern Ortes (Auerbach's Volkskalender, 1862) sagte Virchow schon: „Für unsere heutige Art zu leben, wo ein Reizmittel das andere abzulösen bestimmt ist, wo Wein und Branntwein, Kaffee und Thee, Tabak und Gewürz miteinander abwechseln,

*) Man sieht, Prof. Virchow ist noch mittelalterlich mittelgläubig, er hegt den Heilmittelaberglauben noch tief und warm und von der „Naturheilkraft, der hippokratrischen all- und allein heilenden Physiantokratie“ (Natur-Selbstheilvermögen) hat er noch nicht die geringste Ahnung. Th. Hahn.

**) Fehlgeschossen. Prof. Virchow will den Baum bei dem Wipfel fällen — vergebene Mühe! Alle Kultur geht vom Magen aus und was der Mensch ißt, das ißt er; ebenso ist aber auch die Gesellschaft, der Staat, was er, d. h. was seine Bürger, seine Einzelglieder essen. Die Staats- und die gesellschaftliche Reform müssen von der Reform der Nährweise ausgehen, nicht umgekehrt. Man vergleiche hierzu nochmals Ed. Balzer's „Reform der Volkswirtschaft“. Th. Hahn.

ist es freilich ein Gewinn, noch eine Abwechslung, mehr zu haben und den mittlern Reiz der (Fleisch-) Brähe zwischen die großen Reize jener Stoffe einschieben zu können. Aber ist überhaupt diese Art zu leben der Gesundheit zuträglich? Muß der Körper Reiz auf Reiz häufen, um seine Verrichtungen erfüllen zu können? Sicherlich nicht! **Ein nervöses Geschlecht scheut sich nach solchen Reizen, ein gesundes vermeidet sie ohne Gefahr für seine Entwicklung.** Das Fleisch ist kein so unentbehrliches Nahrungsmittel, wie man es jetzt so häufig ansieht.

Und — fügen wir hinzu — das Fleisch ist nicht bloß ein entbehrliches, sondern selbst ein gefährliches, ein schädliches Nahrungsmittel; es ist kein Nahrungsmittel, es ist Gift; es tödtet zwar nicht direkt jeden Einzelnen, aber es untergräbt die Gesundheit vieler Einzelner; es fördert nach Virchow die Genußsucht, die Verweichlichung und die Nervosität Aller, und es ist das Schlüssglied in der Kette von Einzelwirkungen, welche den vorzeitigen leiblichen und sittlichen Untergang der Völker vermitteln!

Daher — fort mit dem Fleisch, und was darum und daran hängt, aus dem Küchenjedel Aller, welche, sich ihrer bewußt, ihr ferneres Leben grundsätzlich regeln und gestalten wollen!

af dem Wege
herborgerufe-
af dem Wege
welche giftige
müssen Kaffe,
n, Betel. Es
er sie zum
tel*) wirken
Gebrauche
um über-

er, solche Miß-
das Bedürfniß
sichtig zu sein,
Nichts desto-
vielmehr um
schaft begegnet

ich in ihrer
mag ihr durch
hr- und Heiz-
als von wenig
würzigen
oder Thee,
die Nerven.
mittel, noch
iner Nahrung
um großen
zu gewin-

schon: „Für
stimmt ist, wo
r abwechseln,

ubig, er hegt
ft, der hippo-
ermögen) hat
Hahn.

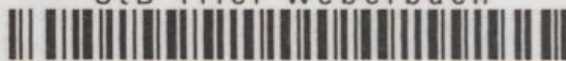
pfel fällen —
h ist, das ist
Bürger, seine
sen von der
zu nochmals
Hahn.

Vegetarianische Literatur.

- Th. Hahn.** Die naturgemäße Diät, die Diät der Zukunft. Nach Erfahrung und Wissenschaft aller Zeiten und Völker. Zweite vermehrte Auflage. 1874. Göttingen. P. Schettler. 1 Thlr.
- — Praktisches Handbuch der naturgemäßen Heilweise. I. Abth. Die Grundzüge der naturgemäßen Lebens- und Heilweise. II. Abth. Die speziellen Krankheits- und Heillehre. Dritte Auflage. 1870. Berlin. Th. Grieben. 1 Thlr. 20 Gr.
- — Der Naturarzt. Zeitschrift für volksthümliche Gesundheitspflege und Heilweise. 1867—69 à 2 Thlr. 1870 à 1 Thlr. Berlin. Th. Grieben.
- — Die Ritter vom Fleische. Offene Briefe über die Ernährungsfrage an die Prof. Virchow, Voit, Liebig, Moleschott, Voit, Stengel, Seeger u. a. Zugleich ein Beitrag zur Lösung der sozialen Frage. 1869. Berlin. Th. Grieben. 12 Sgr.
- — Studien über Gesundheit und Krankheit. Berlin. Th. Grieben. 1869. 5 Sgr. (Verfasser A. S. Herausgeber Th. Hahn.)
- — Die vegetarianische Küche. Ein praktisches Kochbuch für Vegetarianer. I. Abth. Geist der Kochkunst. Physiologie des Geschmacks und der Verdauung. Das Brod. Die Mehl-, Milch- und Eierküche. II. Abth. Die Kartoffelküche. Die Gemüseküche. Die Obstküche. 1873. Göttingen. P. Schettler.
- Ed. Balzer.** Vereinsblatt für Vegetarianer. 5 Jahrgänge seit 1869. Nordhausen. F. Förstemann. 20 Sgr. per Jahrgang.
- Dr. R. Nagel.** Diätetische Winke. 3. Aufl. 1873. 5 Gr. (12 Stück 1 Thlr.)
- — Das Fleisessen vor dem Richterstuhle des Instinktes u. 2. Aufl. 1870. Bader. Essen. Preis 6 Gr.

rung und
 ge. 1874
 ie Grund
 ie speziellen
 Grieben
 und Heil
 iebeu.
 age an die
 eger in
 . Berlin
 n. 1869.
 getarianer.
 o der Ver-
 Abth. Die
 S. Schettler.
 lordhausen.
 1 Thlr.)
 ufl. 1870.

StB Trier Weberbach



:94002223868

