

Siehe Seite 403. - 105

- 405 Id

# GLÜCK UND WOHLSTAND

wochenschrift für vegetarismus und erfolgreiche lebensgestaltung  
bern, den 9. november 1935 **nr. 51**

abonnementspreise: 6 monate fr. 3.25, 12 monate fr. 6.—

schriftleiter: w. hofer, vegetarierbund, postfach 31, bern 9

postscheckkonto III 9131

wir-konto 466

verlag: ritterweg 5, biel

## unser leitspruch

noch eine nummer und dann wird der erste jahrgang dieser kleinen wochenschrift vollendet sein, und wir werden sagen können, schon ein jahr lang haben wir's „durchgehauen“; allen widerständen zum trotz. und das war nur möglich, weil wir uns von anfang an den leitspruch wählten: mehr geben als nehmen. diesem leitspruch wollen wir auch im zweiten jahrgange treu bleiben und ehrlich versuchen, unseren lesern noch mehr als bis jetzt zu geben. daher wollen wir gleich mit dem beginne des zweiten jahrganges unsere zeitung in erweitertem umfange herausgeben und auch das niveau ihres inhaltes wesentlich zu heben suchen.

von seiten unserer abonnten wollen wir keine neuen opfer fordern, indem wir den abonnementsbetrag erhöhen, obschon er sehr niedrig angesetzt ist. das blatt „glück und wohlstand“, das jedem abonnenten portofrei zugestellt wird, kostet wöchentlich nur 11 rp.

die leser, welche sich auch im zweiten jahrgange auf diese wochenschrift abonnieren, werden die erfreuliche erfahrung machen, daß das große glück und der wahre wohlstand nur dem schöpferisch tätigen menschen beschieden sind, der es meisterhaft versteht, mehr zu geben, als zu nehmen. daher:

eines der schönsten und dankbarsten geschenke zu weihnachten, zum neujahrs- oder geburtstage ist ein abonnement auf „glück und wohlstand“; denn dafür wird die schriftleitung und ihre mitarbeiter auch in zukunft stets besorgt sein und in diesem blatte ihr bestes hergeben. allen, sogar den arbeitslosen, geben wir hiermit gelegenheit, sich auch

haben sie unserer zeitschrift auch schon neue freunde zugeführt?

ohne geld auf „glück und wohlstand“ zu abonnieren . wie ist das möglich ?

wer uns zwei neue abonnenten zuführt, dem wird die schrift „glück und wohlstand“ ein halbes jahr gratis zugestellt . wer drei abonnenten gewinnt, erhält dieses blatt während neun monaten gratis und wer vier neue zahlende leser wirbt, dem wird „glück und wohlstand“ ein ganzes jahr lang kostenlos zugestellt . wer bei dieser werbearbeit noch größeren erfolg erzielt, erhält weitere proportionale vergünstigungen, sodafs z. b. derjenige, welcher diesem blatte acht neue abonnenten zuführt, zwei gratis-jahresabonnemente verdient . wir erleichtern unseren werbern ihre arbeit, indem wir kostenlos probenummern zustellen .

die werbearbeit läßt sich ganz interessant gestalten . der werber kommt sowohl mit gleichgesinnten, wie mit gegnern der vegetarischen lebensweise ins gespräch, wobei er sich erziehen und selbst viel lernen kann ; denn ein guter werber für „glück und wohlstand“ wird ein ganzer vegetarier sein . bekennermut, arbeitsfreude und tatkraft erfordert unser gemeinsames werk im dienste der volksgesundung und der behebung unserer wirtschaftlichen mißstände . machen wir alle aus den schlechten zeiten gute zeiten ! das liegt ganz in unserer macht so wir alle mehr geben als nehmen .

w. h.

## ein platz an der sonne

gehört auch mir . das muß sich jeder mensch sagen, der sich glück und wohlstand erarbeiten und durch selbstüberwindung aufwärts, lichtwärts streben will . diesen platz an der sonne kann sich heute schon jedermann erobern, ohne dabei anderen menschen in der sonne zu stehen . klirrende waffen braucht er keine . sein bestes, ja einziges kampfmittel ist die liebe, die liebe zu allem leben, zur wahrhaftigkeit, zur gerechtigkeit gegenüber menschen und tieren . sie, die große liebe, die weder nach ehren, noch nach macht über andere menschen lechzet, die liebe, die alles erträgt, sie allein vermag im menschen den göttlichen funken zu entzünden und die schöpferischen kräfte zu wecken, womit er sich friedlich seinen platz an der sonne erobert . schöpferfreude ist höchste freude .

die große not im lande, das leid der menschen und tiere, dem der wahrhaft liebende, glückliche mensch nicht untätig gegenüberstehen kann, wecken in ihm die besten kräfte zu einer lebendigen, schöpferischen lebensführung, die ihm allein mit leichtigkeit über die schwächen des fleisches hinweghilft . lächelnd steht er über den „entbehrungen“ einer wahrhaft glücklichen lebensführung ohne alkohol, ohne nikotin, ohne fleischspeisen und schädliche leckereien, ohne unmäßigkeiten im kaffee- und teetrinken und dergleichen . er ist nicht mehr der geführte,

---

haben sie „glück und wohlstand“ für 1936 schon bezahlt ? ~

der sklave seines fleisches, sondern der freie mensch der bei sturm und bei sonnenschein tapfer und frohen mutes am steuer seines lebensschiffes steht . sein höchstes wissen ist sein unerschütterlicher, durch erfahrungen gestärkter glaube an die ständige gegenwart der helfenden, schöpferischen kraft im wahrhaft liebenden menschen .

wenn der mensch, wie die christen zu sagen pflegen, das ebenbild gottes ist, dann muß auch jedem menschen die notwendige schöpferische kraft innewohnen, die durch taten der liebe zum ausdruck gelangt .

„ . . . an ihren früchten sollt ihr sie erkennen ! . . . “  
den platz an der sonne, den platz zur schöpferischen tätigkeit kann jeder mensch finden, so er will . auch, wenn er nur ein kleiner fabrik- oder büroarbeiter ist, wird ihm die liebe den weg zum lichte, zum platz an der sonne weisen . alle können ihre schöpferischen kräfte einsetzen zur überwindung der ungerechtigkeiten, die menschen und tiere tagtäglich ertragen müssen, wegen einigen unglücklichen egoisten, die glauben, ihr glück und ihren wohlstand nur auf kosten ihrer mitgeschöpfe erobern zu können . ihre ungerechten gesetze und staatlichen einrichtungen, wie z. b. unser geldsystem, das einigen wenigen nimmersatten tagtäglich tausende von franken an zinsen einbringt (die das arbeitende volk aufbringen muß) können nur durch den richtigen egoismus, nämlich durch die lebensbejahende einstellung überwunden werden, durch die einstellung zum leben, die den platz an der sonne fordert, wo der mensch seine besten kräfte voll und ganz zum segen aller kreatur entfalten kann . damit können wir alle, ob wir noch viel oder wenig zu überwinden haben, heute schon beginnen und uns am platz an der sonne erfreuen .

w. h.

## die ethischen gründe zur einhaltung der vegetarischen lebensweise

*Td*  
von magnus schwantje .

vornehmlich aus drei gründen enthalten die vegetarier sich des fleischgenusses : erstens, weil das fleischessen der gesundheit schaden kann, zweitens, weil die ernährung mit fleisch mehr geld kostet als die vegetarische lebensweise, und drittens, weil sie die schlachtung für sittlich verwerflich halten . viele leben aus allen diesen gründen vegetarisch, viele aber ausschließlich um nicht ihrer gesundheit zu schaden, andere ausschließlich, um ihre geldausgaben zu verringern, und andere wiederum um zu verhindern, daß für sie tiere geschlachtet werden . (den ästhetischen widerwillen gegen das fleischessen nenne ich deshalb nicht als einen der wichtigsten gründe zur einhaltung der vegetarischen lebensweise, weil nur wenige menschen ausschließlich durch ihr ästhe-

„glück und wohlstand“ wird nächstes jahr noch mehr bieten als dieses !  
warum liegt in ihrer pension, in ihrem vereinslokal unser blatt nicht auf ?  
„glück und wohlstand“ gehört in jedes alkoholfreie restaurant ! ~

tisches gefühl zum verzicht auf das fleischessen bewogen werden, und die meisten, die einen starken ekel vor tierleichen fühlen, auch aus mitgefühl mit den schlachttieren das fleischessen verwerfen .)

es ist heute allgemein üblich, nur die abneigung gegen die tierschlachtung als einen „ethischen“ („sittlichen“) grund zum verzicht auf das fleischessen zu bezeichnen . wenn heute jemand erklärt, daß er aus ethischen gründen vegetarisch lebe, so kann man mit einiger sicherheit annehmen, daß er damit sagen will, er lebe deshalb vegetarisch, weil er nicht durch seine ernährungsweise mitschuldig daran werden wolle, daß tiere geschlachtet werden . dieser sprachgebrauch beruht aber auf einer falschen ethischen anschauung . richtig ist es allerdings, daß ein mensch, der aus abscheu vor der schlachtung kein fleisch isst, immer aus einem ethischen motiv die vegetarische lebensweise einhält, während man aus gesundheitlichen und aus wirtschaftlichen gründen auch dann vegetarier werden kann, wenn man dadurch nur sich selber einen nutzen verschaffen will, ohne von dem sittlichen willen, andern wesen gutes zu tun, geleitet zu werden . falsch ist aber die meinung, daß man den entschluß, seine gesundheit zu verbessern und seinen verbrauch von gütern einzuschränken, nicht auch aus ethischen motiven fassen könne . die mässigkeit ist mit recht zu allen zeiten von großen weisen als eine sittliche tugend gepriesen worden, obwohl sie auch aus rein egoistischen gründen geübt werden kann und dann keine sittliche tugend ist . freilich ist nicht jede schädigung der gesundheit sittlich verwerflich . wenn zum beispiel ein mensch durch überanstrengung seine gesundheit schwächt und seine lebenszeit verkürzt, um zum heil der menschheit eine große aufgabe zu vollbringen, oder um seine angehörigen vor not zu schützen, so kann das eine sittlich lobenswerte handlungsweise sein . es wird erzählt, der große arzt heinrich lahmann sei, als er sich von der schwindsucht geheilt habe, davon überzeugt gewesen, daß er ein hohes alter erreichen könne, wenn er wieder, wie früher, den beruf des ingenieurs ausübe und sich vor überanstrengung hüte, daß er aber im besten mannesalter sterben werde, wenn er fortan seine ganze kraft darauf verwende, die reform der heilkunde zu fördern . er habe aber dennoch diese lebensaufgabe erwählt, und nur infolge seiner dauernden überanstrengung, ohne die er seine große, vorbildliche heilanstalt nicht hätte zur blüte bringen können, sei er schon im alter von 45 jahren gestorben . auch manche andere menschen, die großes geleistet haben, glaubten ihre gesundheit opfern zu müssen, um ein hohes ziel zu erreichen, und verdienen deshalb den dank der nachwelt . aber, wenn ein mensch nicht davon überzeugt ist, daß er durch seine lebens- und arbeitsweise seine gesundheit schädigen müsse, um ein für andere wertvolles werk vollbringen zu können, so ist für ihn die gesundheitspflege eine sittliche pflicht ; denn in der regel wird durch eine krankheit

der kampf gegen den alkohol ist leichter durch natürliche (vegetarische) ernährung . kochsalz und fleisch, tabak und schleckereien sind schrittmacher des alkoholismus .

auch das wohl anderer menschen geschädigt oder wenigstens gefährdet . besonders alle, die an ethischen und sozialen bestrebungen mitarbeiten, sollten auch bedenken, wie sehr sie ihr vermögen zum wirken vergrößern und in welchem maße sie sich von feindlichen mächten unabhängig machen, wenn sie durch die vegetarische lebensweise ihre leiblichen bedürfnisse einschränken .

das größte unheil, das durch das fleischessen verursacht wird, ist freilich das ungeheure leid der schlachttiere . aber der wille, die zahl der schlachtungen zu verringern, ist nicht der einzige sittliche grund zur einhaltung der vegetarischen lebensweise ; sondern auch deshalb, weil das fleischessen auf die gesundheit und die wirtschaft schädliche wirkungen ausübt, muß jeder, der ein gerechtes leben führen, das heißt : andern wesen so wenig leid und so viel glück wie möglich bereiten will, ernstlich untersuchen, ob er zum fleischessen berechtigt ist . es ist hier wegen mangels an raum nicht möglich, eingehend nachzuweisen, daß die ernährung mit fleisch eine verschwendung materieller güter und diese auch sittlich verwerflich ist ; und daß wir die pflicht haben, unsere gesundheit nicht unnötig zu gefährden . aber die folgenden drei thesen werden gewiß auch ohne eingehende begründung die zustimmung vieler leser finden :

1. die erzeugung der fleischnahrung erfordert viel mehr arbeit, als die der vegetarischen nahrungsmittel . der vegetarier macht also seinen mitmenschen weniger mühe und nimmt ihnen weniger von der freien zeit, die sie dem lebensgenuß und dem geistigen und sittlichen streben widmen können, als der fleischesser . jede vermehrung der arbeit, welche die menschen zur befriedigung ihrer leiblichen bedürfnisse verrichten, schädigt die gesamte kultur und die geistige und sittliche entwicklung der menschheit . — da die erzeugung der vegetarischen nahrungsmittel weniger arbeit verursacht, ist deren preis niedriger als der des fleisches, und daher ist es dem vegetarier leichter als dem fleischesser, geld und zeit zu gewinnen, für die ausbildung seiner geistigen fähigkeiten, für geistige genüsse und für arbeiten zur vermindering des leides und zur vermehrung des glückes anderer wesen .

2. auch dadurch, daß es viele krankheiten verursacht und die arbeitskraft verringert, erschwert das fleischessen die ausbildung der geistigen und seelischen fähigkeiten und das wirken für das wohl der welt .

3. das fleischessen erzeugt viele leibliche bedürfnisse, zum beispiel die neigung zum alkoholgenuß, deren befriedigung das geistige und sittliche streben hemmt, den lebensgenuß aber nicht erhöht, sondern verringert .

☛ jedem blatte der heutigen ausgabe liegt ein grüner einzahlungsschein bei . wer ihn ausfüllt, unterstützt, auch wenn es sich nur um einen geringen betrag handelt, unser werk, sein werk und jedermanns werk, weil wir am aufbau arbeiten, der ohne umfassende lebensreform niemals möglich ist .

## **esperanto am internationalen vegetarier-kongress**

aus der oktober-nummer der „la praktiko“ (eine vom internacia cseh-instituto de esperanto im haag herausgegeben monatsschrift) entnehme ich nachfolgende notiz (in deutscher übersetzung) :

„der 9. internationale vegetarier-kongress, der vom int. vegetarierbund vom 29. juli bis 2. august in dangaard (dänemark) veranstaltet wurde, hat auf antrag des niederländischen delegierten, d. e. lissauer aus amsterdam, esperanto als zugelassene kongresssprache angenommen und beschlossen, daß am nächsten kongress — nach 3 jahren — esperanto die einzige sprache sein soll, in welche die verschiedensprachigen reden und verhandlungen übersetzt werden sollen. — der kongress bat die leitung des bundes, sie möge die mitglieder zum erlernen des esperanto anspornen, damit die kommenden kongresse in einer einzigen sprache abgehalten werden können.“

das leicht erlernbare, logische und harmonische esperanto ist eben nicht nur sprache, die zwar ihre volle tauglichkeit auf allen gebieten der menschlichen betätigung seit mehr als 50 jahren bewiesen hat, esperanto ist zugleich und besonders ein träger von kultur, ein herold des friedens und der völkerverbrüderung. ihr schöpfer, der polnische augenarzt l. l. zamenhof, widmete ihr sein leben voller arbeit und entbehrung, damit sich die menschen besser verständnis, damit unterdrückung, irrtum und krieg endlich weichen würden. dies ist der innere kern von esperanto : der eigentliche esperantismus. dank diesem hohen sittlichen inhalt macht esperanto zwar langsamen — wie alles gute — aber umso sicheren fortschritt, trotz anfeindung und menschlicher gleichgültigkeit. es erklärt uns aber auch, warum wir unter den esperantisten verhältnismäßig viele vegetarier und pazifisten antreffen.

wenn die welthilfssprache dem reisenden, dem geschäftsmann, dem kongreßteilnehmer auch von praktischem nutzen ist, so ist doch nicht das der hauptbeweggrund zur schöpfung dieses wunderwerkes gewesen. zamenhof wollte den völkern ein verständigungs- und aufklärungsmittel in die hände geben, die sprachgrenzen überbrücken und eine menschenwürdigere zukunft aufbauen helfen.

r. a. dasen.

## **lebensweisheiten**

minderwertig sind nur menschen, die keinen mut zum leben haben wollen. wer über körperliche fehler seiner mitmenschen lachen kann, der ist sein eigenes gesundes leben nicht wert.

versuche es, dem schicksal mutig entgegenzutreten, und du wirst sieger über all dein unglück werden.

suche dir einen platz im leben und du wirst einen finden.

es ist eine torheit, kleinmütig zu sein, denn kleinmütigkeit ist für unser leben das, was der fliege der fliegenfänger ist : ein festkleben und ein nicht - weiter - kommen - können trotz verzweifelter, anstrengender bemühungen.

es gibt kein einziges menschenleben auf der welt, in dessen zukunft nicht eine möglichkeit zum guten liegt.

es können wohl vierzehn pferdekraften uns nicht dem trübsinn entreißen, aber unsere eigene lebenskraft .

das ist der große hemmschuh unseres lebens : wir erwarten zu viel von den anderen und zu wenig von uns selbst .

oft genug hat der, dessen lebensrad nicht in schwingung kommen kann, sich selbst mutwillig oder ungeschickt speichen herausgebrochen .

### **zeitschriften**

„der gesunde menschenverstand“, das offiz. organ der gesellschaft für gesundheitsrecht erscheint seit letztem frühjahr . diese neue monatschrift, welche im format einer tageszeitung herausgegeben wird, stellt sich zur hauptaufgabe die bekämpfung der kurpfuscherei staatlich diplomierten ärzte, die bekanntlich zur zeit nur schwer zur verantwortung für ihre „studien“ und prüfungen am menschlichen und tierischen körper herangezogen werden können . das blatt kämpft für ein tolerantes medizinengesetz, für das recht jedes menschen, sich bei dem arzt behandeln zu lassen, zu dessen methode er vertrauen empfindet ; ferner kämpft es gegen die giftspritzerei (impfzwang) und bazillenfütterei, gegen den behandlungszwang, gegen die rechtslosigkeit im irrenwesen, gegen die vivisektion und im allgemeinen gegen den standesdünkel und die selbstbeweihräucherung der ärztlichen päpste .

gratis-probenummern sind erhältlich beim verlag : g. gantner, marchwartstr. 50, zürich-wollishofen .

**vegetarische presse**, zeitschrift der vegetarischen bewegung, schriftleitung georg förster, meissner landstr. 94, dresden-a 39 . bezugspreis mk. 3.60 jährlich . postcheck : leipzig 43740 .

diese monatsschrift empfehlen wir besonders jenen vegetariern der deutschen schweiz zum regelmäßigen bezuge, welche über die tätigkeit der vegef. vereine, verbände und arbeitsgemeinschaften im auslande orientiert sein wollen . sie wird geschickt so redigiert, daß sie auch künftig in deutschland als hauptorgan der deutschen vegetarischen bewegung erscheinen kann . die „vegetarische presse“ ist in ihrem 18. jahrgange .  
w. h.

### **jetzt ist es zeit**

die köstlichen fruchte der jahreszeit sind gereift, und mit ihnen auch die herrlichen nüsse .

jetzt, wo es kühler wird, da verlangt der körper mehr wärme, und da hat die natur so herrlich vorgesorgt, indem sie für alle zeiten des jahres etwas schulf . für den winter sind es die nüsse, die so köstlich sind, und dem körper das bieten, dessen er bedarf .

nüsse, so wie sie sind, werden stets gerne gegessen ; für alle jene aber, die dieselben in vielseitiger form zu genießen wünschen, hat das nuxo-werk rapperswil etwas herrliches, nämlich die feinschmeckenden cremen .

neue abonnenten unseres blattes erhalten „glück und wohlstand“ gratis bis ende dezember 1935 .

es sind alle die nufsarten, verarbeitet in feinsten form, und spez. bestimmt für brotaufstrich, backwerkfüllungen, dann aber auch als mandelpüree für mandelmilch.

letzteres ist besonders für das kleinkind hervorragend gut. in bircher-müesli ist mandelmilch stets eine feine beimischung, die ihm dann erst recht den größten nährwert verleiht.

den großen vorteil dieser produkte darf man wohl auch besonders deshalb hervorheben, weil sie absolut einwandfrei hergestellt werden. i. f. h.

### **gärtner!**

die reformkonsumgenossenschaft in zürich, winterthurerstr. 408 (postcheckkonto VIII 14945 - wir-konto 3325) telephon 69.174 kauft setzlinge von beerenpflanzen jeder art für eine neue große gartenanlage in schönengrund.

für die beerenkulturen unseres vegetarierheimes „süntisblick“ in schönengrund wollen wir nur bestbewährte sorten anschaffen, da wir unsere setzlinge später auch den mitbewohnern von schönengrund abgeben werden.

schönengrund ist sehr sonniq gelegen. die verdienstmöglichkeiten sind jedoch dort gering, sodaß den bewohnern mit den beerenkulturen geholfen werden kann, auch wenn dabei jährlich nur ein erlös von einigen hundert oder tausend franken erzielt wird.

wir zahlen die setzlinge, die uns unsere freunde und gönner so bald als möglich unter angabe des preises zuzustellen belieben, mit den zu 5% verzinsbaren und hypothekarisch sichergestellten schuldscheinen der reform-konsumgenossenschaft zürich.

### **wir-teilnehmer**

die ihr brachliegendes guthaben gut und zinstragend anlegen wollen, lassen es auf das konto 3325 der reform-konsumgenossenschaft, winterthurerstraße 408 in zürich, übertragen, die ihnen dafür hypothekarisch sichergestellte und zu 5 prozent verzinsbare schuldscheine zustellt. (fest auf vier jahre.) sie stellen dadurch ihr geld in den dienst eines gutfundierten unternehmens, das tatkräftig die volksgesundung fördert.

**reformhaus hefti** hat die besten und billigsten blutreinigungssyrups, angelika, knoblauch, meerrettich, spitzwegerichsyrup, anstatt fr. 2.— **nur fr. 1.— die flasche vollkorn-maccaroni, spaghetti, hörnli, nudeln 1 kg. 80 rp. garant. echt. ungarischer honig nur fr. 3.30 p. kg. zürich 6 schaffhauserstrasse 34 tel. 62.728**

vergessen sie nicht, für „glück und wohlstand“ eifrig zu werben!

buchdruckerei a. gramm, biel 7