

## **Terms and Conditions**

The Library provides access to digitized documents strictly for noncommercial educational, research and private purposes and makes no warranty with regard to their use for other purposes. Some of our collections are protected by copyright. Publication and/or broadcast in any form (including electronic) requires prior written permission from the Library.

Each copy of any part of this document must contain there Terms and Conditions. With the usage of the library's online system to access or download a digitized document you accept there Terms and Conditions.

Reproductions of material on the web site may not be made for or donated to other repositories, nor may be further reproduced without written permission from the Library

For reproduction requests and permissions, please contact us. If citing materials, please give proper attribution of the source.

### Imprint:

Director: Mag. Renate Plöchl

Deputy director: Mag. Julian Sagmeister

Owner of medium: Oberösterreichische Landesbibliothek

Publisher: Oberösterreichische Landesbibliothek, 4021 Linz, Schillerplatz 2

### Contact:

Email: [landesbibliothek\(at\)ooe.gv.at](mailto:landesbibliothek(at)ooe.gv.at)

Telephone: +43(732) 7720-53100

wicklung des Körpers und Geistes führen und die Erreichung eines langen Lebens bezwecken; noch Andere sind aus ökonomischen Rücksichten und um der persönlichen Unabhängigkeit willen Vegetarianer geworden. Alle aber sind einstimmig in der Ueberzeugung, daß die natürliche Diät des Menschen aus Früchten und mehllhaltigen Stoffen bestehen müsse, und daß die höchste Kraft und Beweglichkeit des Körpers, die Erhaltung der Gesundheit, das Wachstum der Geisteskraft und des sittlichen Gefühls, mit einem höheren Lebensgenusse verbunden, nur durch die Annahme der vegetarianischen Praxis erlangt werden könne.

Ein Verein, welcher sich im Jahre 1847 in England bildete, befaßte sich mit der Verbreitung diäts-reformatorischer Kenntniss und suchte durch Beispiel und durch die Anstrengung seiner Mitglieder seinen Wirkungskreis immer mehr zu erweitern.

Er bemüht sich, Grundsätze in größere Aufnahme zu bringen, welche die wahre Civilisation, die allgemeine Brüderlichkeit und die Vermehrung des menschlichen Glückes zum Zwecke haben. Diese Gesellschaft zählt jetzt über 1000 Mitglieder und hat sowohl in Amerika, als auch in Deutschland korrespondierende Sekretäre. — In ersterem Lande existiert eine Gesellschaft von mindestens gleicher Mitgliederzahl; in England sowohl als in Amerika giebt es aber noch viele Hunderte, welche sich dem vegetarianischen System zwar in Folge seiner öffentlichen Verteidigung angeschlossen, mit den Gesellschaften selbst sich aber nicht verbunden haben.

Der Gebrauch von Eiern, Milch\*) und Käse müßte so bald als möglich fallen gelassen werden, weil lange Erfahrung unzweifelhaft bewiesen hat, daß bessere Gesundheit und Kraft ohne sie erlangt werden kann. Nichtsdestoweniger mögen diese tierischen Stoffe, wo der plötzliche Uebergang von einer reizenden und stark gewürzten Diät zu einer rein vegetarianischen als unpraktisch erscheint, mit der Aussicht auf ihre endliche Verbannung fortgebraucht werden.

Eben so sehr möchte ich eine gänzliche Enthaltbarkeit von Thee und Kaffee anraten, weil beide aufregend und auf die

---

\*) Der berühmte amerikanische Physiologe Dr. Mead hält gute Milch an und für sich nicht gerade für schädlich, er ist aber der Ueberzeugung, daß wir im civilisierten Leben niemals gesunde Milch erlangen können, weil alle unter dem menschlichen Einflusse stehenden Tiere mit Tuberkeln behaftet oder sonst krank seien.