

SVFs historia av Theresia Ek

Johan L Saxon - grundaren

Johan L Saxon föddes i Närke 17 februari 1859 i ett dåtida fattig Sverige. Han blev under sin uppväxttid medveten om hur dåligt det stora flertalet levde. Han kom tidigt att ägna sig åt journalistik och slöt sig snart till en del unga skribenter som arbetade för ökad demokrati och bättre villkor för den breda lagren.

Enkel föda håller folk vid hälsa

När sedemera Saxons hustru Anna förgäves sökt bot för en magsjukdom hos läkarna, men tillfrisknat efter råd och anvisningar från sjukgymnasten C. Kahlström i Örebro, utbildad i Amerika under ledning av den kände vegetarianen J.H Kellogg, som Saxon insåg att det här handlade om något viktigt. Det borde bli känt bland den stora allmänheten att enkel och billig föda som t.ex potatis, morötter, kålrötter, bönor och ärtor kunde hålla folk vid god hälsa.

Han lyckades samla några eldsjälur till ett möte, däribland flera inflytelserika personer och där föddes Svenska Vegetariska Föreningen (SVF) Saxon blev dess ordförande och drivande kraft. Han agiterade i tal och skrift och skrev broschyrer och inlägg. Redan 1901 blev Vegetarianen, föreningens månadstidskrift. Genom energiskt och uppoffrande arbete av en liten skara entusiaster igångsattes ett intensivt propagandarbete. Man ordnade föredrag, fick fram matrecept och även kokböcker. Matlagningskurser igångsattes och matdemonstrationer anordnades dit även pressen inbjöds för provsmakning. Ett ambulering bibliotek inrättades även med vegetarisk litteratur.

Svenska Vegetariska Föreningen (SVF) grundades 1903

I slutet av 1800-talet bildades en rad vegetariska föreningar i landet. Det gav den välkände tidningsmannen J L Saxon impulsen att bilda riksorganisationen Svenska Vegetariska Föreningen den 13 februari 1903. Dess syfte var att föra ut kunskap om hur man genom en enkel, billig föda från växtriket kunde få en god hälsa och förbättrade levnadsvillkor. Under de första decennierna omfattade arbetet framförallt kursverksamhet i vegetarisk matlagning, föreläsningverksamhet och spridning av information om vegetariska frågor i broschyrer, böcker samt tidskriften Vegetarianen. Det var av en ren nyttyosynpunkt som föreningen startades, etiken och de djupare ideella aspekterna tillkom senare. Det arbetades på att få fram vegetariska inköpsställen. Den första hälsokostaffären startades av föreningen. Man lyckades även så småningom få fram vegetariska restauranger och hälsohem.

I flera länder fanns sedan tidigare vegetariska föreningar men 1908 bildades i Dresden den Internationella Vegetariska Unionen (IVU) och därefter hölls världskongresser vart fjärde år. Den 20 maj 1923 hölls tjugonde årsmötet och den femte internationella världskongressen i Stockholm.

Vegetarismen och världskrigen

SVF har under sin snart 100-åriga tillvaro haft olika perioder av höjder och dalgångar. Detta beroende bl.a på rådande samhällsklimat. Under de båda världskrigen kunde föreningen inte uträtta mycket, eftersom det rådde stor brist på livsmedel och en stram ransonering. Man hade man så gått som uteslutande landets

egna produkter att tillgå. Import kände man knappast räkna med. Det var kupongsystem som gällde och vegetarianer fick byta köttkuponger mot matfett eller bröd. Efter andra världskriget rådde ransonering ända in på 50-talet.

25-årsjubiléet och världskongresser

En stor händelse för den svenska hälsorörelsen blev Världskongressen 1928. Samtidigt firade Svenska Vegetariska Föreningen sitt 25 års jubileum. Programmet var festligt. Stor bankett var ordnad på Skansens högloft, där man inbjudit borgmäster Lindhagen att presidera. Deltagarantalet var stort, däribland många utländska gäster. Bland talarna fanns flera kända personligheter som t.x dr. Ragnar Berg, dr O Buchinger, prof Israel Holmgren, dr. Mikkel Hindhede, dr Carl Ottoson.

De världskongresser som hållits i Sverige har alla varit lyckade. I Sigtuna firade SVF 50-års jubileum i samband med världskongressen och även den blev en stor succés för vår rörelse. Den senaste kongressen i Sverige hölls i Ronneby 1973 och samlade deltagare från 24 länder.

Eftermälet var att det var en av de finaste kongresser som hållits. SVFs medlemmar har deltagit i alla världskongresser, störst blev antalet när det skedde inom Europa, men även till Indien och Amerika har gruppresor ordnats. 1995 höll EVU (European Vegetarian Union) kongress för första gången i ett östland. Kongressen ägde rum i Brattislava, Slovakien och besöktes av 250 deltagare och SVF representerades av ordförande Monica Engström, Anette Svedberg och Ulla Troeng från Veganföreningen.

Are Waerland

Vid Saxons död 1935 skedde också en viss avmatting under några år. Men då framträdde Are Waerland och blåste nytt liv i hälsorörelsen, vilket även kom SVF tillgodo.

SVF ordnade 1943 en demonstrationskurs för att visa vad man kunde åstadkomma med de vegetabiliska produkter som fanns att få. En dagskurs och en kvällskurs hade ordnats och deltagarantalet blev oväntat stort. Man demonstrerade även råkost, troligen för första gången.

Järinge Gård

Redan 1947 hade föreningen som gåva av Adda och E Svennedal, erhållit en nerlagd skola i Järinge. Denna kom att under en lång följd av år användas för sommarkurser, vilka var talrikt besökta. Föreläggningen var den enklast tänkbara, men hälsofolket på den tiden ansåg att ett enkelt och spartanskt levnadssätt hörde till den vegetariska livsstilen! Kursavgifterna var under många år låg, 10 kr per dag och 3 kr för barn. Med eget tält, som var ganska vanligt kostade det endast 7 kr per. Maten var fullvärdig och god och föreläsarna erkända och kunniga. Denna var inkvarterade på Edebo gård, på vars ägor skolan ligger.

Under 50-, 60- och 70-talen var föreningen mycket livaktig. En större donation erhöles 1962 och föreningen blev i tillfälle att köpa en fastighet vid Rådmansgatan 88 i Stockholm, vilken sedermera såldes med god vinst.

Runt om i landet

På flera platser ute i landet hade lokalavdelningar bildats. Flera av dem var stora och livaktiga. Så fanns exempelvis i Gävle en större förening ledd av en dr. Bolin. Likaså hade Uppsala en verksam avdelning med de båda tvillingbröderna professorerna Backman och deras fruar i spetsen. Även Örebro, Helsingborg och Malmö hade många medlemmar i respektive avdelningar.

Svackor har uppstått i arbetet när energiska, kreativa personer av en eller annan anledning lämnat ledningen. Men nu är en tid för uppgång. Hälsorörelserna förväntar sig stor anslutning och många nya medlemmar och sympatisörer. Läget har aldrig varit gynnsammare och aldrig har forskning och erfarenhet lämnat så övertygande bevis om den vegetariska kostens värde och betydelse för hälsan.

Utdrag ur boken "Vegetariska vitnesbönder" - av redaktör J L Saxon (f 1859 d 1935)

"När jag hör okunnigheten - och i synnerhet den välklädda - bravera med att svälja alt vad en kokerska, för vilken näringsläran är ren kinesiska, rört ihop av andra varelsers purin- och bacillhaltiga likdelar, så tänker jag: "Du dåre!" Han kan vara storordig och skrodera på en krog under en middag, men han hör till de anspråkslösa, som aldrig skola ernå arbetskraftens, levnadsmodets och livslängdens högsta grader. Vart vi vända oss i denna värld, möta vi en omutlig lagbundenhet och den, som i fråga om sin kropps uppbyggande och underhåll överlämnar sig åt anarkien, skall aldrig kunna undgå följderna därav.

Jag vart vid 12 år kasserad till bonde, vid 21 kasserad till beväring och vid 27 kasserad till livförsäkring, alt på grund av allmän, medfödd svaghet. Från mitt 23:e år hade jag endast perioder av relativ hälsa; eljes var jag i nervositetens, sömnlöshetens och den försvagade matsmältningens våld. Vid 35 år fruktade jag, att det var på upphållningen med mig och beslöt då att pröva vegetarismen som den sista möjligheten. Men jag tvivlade på den och övergick mycket försiktigt under ett halvår till densamma. Men efter detta halvår var jag övertygad om detta levnadssätts riktighet. Jag hade gradvis blivit bättre och bättre. Det, som mest grep mig, var att jag återfick sömnen.

Nu har vegetarismen skänkt mig 18 lyckliga år, under vilka jag fått hängiva mig åt kampen för återvändande till naturen och bekämpandet av alt, som står i vägen därför. Detta har särskilt brakt mig i harnesk mot stadskulturens påvar och drabanter, gjort mig till en ensam stridsman eller minoritetsman. Men jag har därvidlag dock alltid känt mig som situationens herre: jag är på grund av mitt levnadssätt mer energisk, mer arbetsduglig än mina motståndare. Det jag värkar för har också framtiden för sig, och därför gör detingenting om det är impopulärt för tillfället"

Av Fru Anna Saxon

"En vårdag för 18 1/2 år sedan var jag dömd till döden på grund av att jag svårt led av njursten. Nästan ofrivilligt undslapp det min läkare, att sten är följd av s.k stark diet. I samma stund beslöt jag att aldrig mer äta kött och har håller inte gjort det. Sedan jag vart vegetarian har jag ej behöft underkasta mig

stenpassionens fälor - det är en leksak att framföda ett barn mot en sten. Det onda övergick till njurgrus och upphörde alldeles efter ett år.

Sedan dess har jag skött min mans kontor och mitt hus och alltså förmått utföra ett arbete, som annars plägar två personer. Det är alltså ej underligt, att jag välsignar vegetarismen och begagnar varje tillfälle att vitna om dess förmåner. Innan jag nerlägger pennan, vill jag ej underlåta att betyga, att det vegetariska köket blir betydligt billigare än kött- och fisk-köket.

Att det vegetariska köket är mycket trevligare, förstår en var. Att slippa lägga levande kräftor i kokhett vatten, att slippa få levande ål, att slippa se fisk som flämtar, att slippa göra upp fisk och fågel, att slippa hugga huvudet av höns, att slippa se blod sippra ur köttstycken - ensamt allt detta borde, tycker jag, vara skäl nog för varje husmor att bli vegetarismens givna anhängare"

Av Studerande Lasse Saxon

"Jag antar, att icke många av dem, som skickat in bidrag till denna bok, äro födda vegetarianer. Men det är jag. Det finns personer, som tro, att vegetarianer äro klena, men dessa personer begå ett stort misstag. Jag, som aldrig ätit kött, är varken klen till kropp eller själ. Ingen i vår klass rår på mig, hoppar bättre eller springer bättre på långdistans. Och när det gäller läxorna är jag inte håller efter. En del säger också, att vegetarianerna äro magra. Det är inte sant, jag är 11 år och väger 39,2 kilo.

Mina lekkamrater avundas mig ofta därför, att jag får äta frukt och kompott så mycket jag vill, vilket betraktas som snask av andra föräldrar. Andra barn äta mjölk till gröten *men jag äter kompott*. Då de någon gång få sylt, är det sådan där sylt, som mer är slisk än mat. Och tänk något så vackert och gott, frukt är mot det illaluktande köttet! Därför föredrar jag den vegetariska kosten och uppmanar *alla* Sveriges gossar att bli vegetarianer"