

An jemanden glauben heißt zweyten ein Zutrauen auf jemandes Kraft und Willen, uns Gutes zu thun, oder ein Zutrauen auf den Nutzen einer Sache setzen. Soll dieser Glaube kein thörichter, kein vorgeblicher, kein betrügllicher Glaube seyn, so muß man hinlängliche sichere Gründe von der Kraft und dem Willen der Person, uns nützlich zu werden, oder von dem Nutzen der Sache haben. Darum glauben wir an Gott und Jesum Christum, darum glauben wir an die guten Folgen der Tugend, an einen liebevollen Vater, an einen geschickten Arzt, an die Kraft einer Arznei; aber darum glauben wir nicht an Cagliostro, oder an die Desorganisation, oder an die Kabbala. Jenes alles ist nicht Modeglaube, sondern der durch Erfahrungen von 1800 Jahren begründete Glaube. Darum soll und wird er auch unsre sichere Zuflucht und Stütze bleiben, wenn eine Mode nach der andern zu Grunde gehen und mancher sich seines Modeglaubens schämen, oder dadurch betrogen finden wird.

— sch —

II.

Einige Schönheitsmittel, nicht aus Paris *).

Erlauben Sie, meine schönen Leserinnen, daß ein Mensch Ihnen ein Paar Worte über Schönheit sagt, der, so wenig

*) Da dieser Aufsatz einen vortreflichen practischen Art zum Verfasser hat, der unser persönlicher Freund ist, so können wir

wenig er eigentlich von schönen Künsten oder Künsten der Schönheit Fart macht, doch ganz den Werth dieser himmlischen Prärogative Ihres Geschlechts fühlt, und daher dem Wunsche nicht widersprechen kann, durch Verichtigung einiger Irrthümer und Mittheilung einiger echter Schönheitsmittel das Seinige zu Erhaltung und mehrern Vervollkommnung derselben beizutragen. Er ist überzeugt daß das Bestreben seine körperliche Oberfläche zu verschönern, nichts weniger als verwerflich ist, und für diese Welt wenigstens eben so viel Interesse und eben so wohlthätige Einflüsse habe, als das Bestreben manches Philosophen, seinem Geiste einen gewissen systematischen Anstrich zu geben, den er eben so gut dießseits des Grabes zurücklassen wird als seine irdische Hülle; ja er hat gefunden, daß das Verlangen nach Schönheit die Quelle einer Menge Tugenden und Glückseligkeiten, ja selbst der Gesundheit werden könne, und hofte solches in diesem Aufsatze klärlieh darzuthun; aber er glaubt bemerkt zu haben, daß man diese Tochter des Himmels mehrentheils auf ganz falschen Wege aufsucht, und eben weil man sie nicht recht kennt, ihr so manches theure Opfer, selbst Gesundheit und Leben darbringt, ohne sie zu erhalten. Die Beispiele sind sehr häufig, wo man durch Entziehung der freyen Luft, durch eine weichliche schwächende Diät, durch langes Schlafen und Bettwärmen u. s. w. sich zu bleichen und zu verschönern hofte, und leyder Gesundheit und Teint zugleich verlor; eine Person aß ein halbes Jahr lang alle Morgen

ach:

wir unsern Leserinnen, denen Aufklärung und guter Rath willkommen ist, seine Zuverlässigkeit um so mehr verbürgen.

D. S.

acht Kügelchen von weißen Seidenpapier und trug beständig Kampfer unter den Achseln — um blaß zu werden, und sie bekam wirklich auf immer die bleiche Schönheit einer Leiche und den fränklichsten Zustand dazu. Wie viele waren nicht und sind noch, die durch Kreide essen, Essig trinken und ähnliche verderbliche Mittel dieselbe Absicht zu erreichen suchten? Ja was noch trauriger ist, man scheut sich nicht die gefährlichsten giftigsten Substanzen zu gebrauchen, um einige Jahre die Augen der Bewunderer auf sich zu ziehen, und dann ein sieches elendes Leben langsam zu verschmachten, und, um mich hier nicht auf die anerkannte Schädlichkeit der eigentlichen Schminken einzulassen, will ich nur gewisser Waschwasser erwähnen, die unter diesem unschuldigen Namen von gewissenlosen Charlatans angepriesen, ja hie und da als Familiengerheimnisse geehrt und häufig gebraucht werden, aber oft die unerkannte Ursache unzähliger Beschwerden und unheilbarer Gebrechen sind, die zuweilen nur deswegen manchen Familien eigen seyn können. So viel ich derselben kennen gelernt habe, so enthalten sie alle entweder Quecksilber oder Bley in feinerer oder gröberer Gestalt, genug die zwey schrecklichsten Gifte, und ich habe weiter nichts zu sagen, als daß es ganz einerley ist, ob man Gifte dieser Art von außen oder von innen beybringt. Unsere Haut ist eben so gut voll einsaugender Gefäße als unsere Gedärme, ja es wird wirklich ein solcher Feind durch die Haut noch weit schneller und mit größerer Kraft ins Blut selbst gebracht, als beym Verschlucken, wo die Wirkung der Gedärme und die vielen zu durchwandernden Gefäße ihm sehr viel von seiner Kraft benehmen. Das Blatterngift, das man nur auf die Haut zu streichen braucht, um

durch

durch und durch insizirt zu werden, mag statt tausend anderer Beweise dienen. Würden Sie nicht zurückstaudern, wenn Ihnen jemand zur Erhöhung Ihrer Schönheit vorschläge täglich eine Portion Gift einzunehmen, und doch thun Sie schlechterdings nichts anders, wenn sie sich täglich mit einem solchen Vley: oder Quecksilberwasser waschen. Wollen Sie sich die Mühe nehmen, auf solche Personen Acht zu haben, so werden sie sich bald von der Wahrheit dieser Behauptung überzeugen können; unzählige Krämpfe, Ohnmachten, Nervenschwächen, sogenannte Flüsse wechseln ewig mit einander ab, und endigen sich nach längerer oder kürzerer Zeit in unheilbare Lähmungen, Vertrocknung einzelner Glieder oder auch des ganzen Körpers, innre Geschwüre und Auszehrung. Ich werde nie eine Person vergessen, die nach einem quaalvollen Leben, zwar mit gut conservirten Teint aber krebsartigen Geschwüren im Innern, starb; die Ursach war blos ein gewisses Mercurialwasser, welches sie von Jugend auf gebraucht hatte, und das demohnachtet noch seine stillen Verehrer behält. — So theuer erkaufte man die Schönheit im Sarge! — Und warum? Weil man nicht zu wissen scheint, was wahre Schönheit der Haut ist, und wie wenig sie sich durch äußerliches Anstreichen erhalten läßt. — Wär ich doch so glücklich, folgendes recht überzeugend sagen zu können!

Schönheit der Haut, denn von dieser allein ist hier die Rede, ist nichts mehr und nichts weniger als Gesundheit der Haut, eine reine Abspiegelung der innern Harmonie des Körpers in seiner Oberfläche, — wenn ich so sagen darf, die sichtbare Gesundheit. Dieses Verhältniß
des

des Innern zum Außern ist so genau, daß sich fast jeder Fehler im Innern zu allererst in der Oberfläche besonders im Gesichte zeigt. Wie oft erschrickt man nicht über das Ansehen einer Person, die sich noch völlig gesund glaubt, und in wenig Tagen beweist sich durch ihr Krankwerden, daß sie schon damals den ganzen Stoff dazu im Körper hatte. Wie lange vfuscirt man nicht oft vergebens an Flecken, Schwinden und ähnlichen Zufällen der Haut, bis man endlich mit Erstaunen bemerkt, daß ein versteckter Fehler in der Leber die Ursache, und dieß das erste Signal gewesen sey, wodurch uns die Natur aufmerksam machen wollte. Gewiß eine sehr weise Einrichtung, uns den Verräther innerer Unordnungen auf die Stirn zu prägen; aber wie wenig nutzen wir sie? Entweder wir überzünchen mit Glöß diesen wohlthätigen Spiegel, oder wir hören nicht auf ihn zu puzen, ohne zu bedenken, daß er in einer feuchten Luft hängt, welche ihn, alles unsers Puzens ungeachtet, immer wieder anlaufen machen muß. Wir glauben Schönheit der Haut erreichen zu können ohne Schönheit der Säfte, die ihr das Daseyn geben, und würden doch gewiß lachen, wenn jemand durch beständiges Abreiben seine verschleimte Zunge reinigen wollte, deren Ursach ein verschleimter Magen ist. Einen Mohren weiß zu waschen ist eben so möglich, als eine durch innere Ursachen trockne rauhe oder kupfrigte Haut durch ewiges Waschen, Reiben, Schaben u. s. w. bessern zu wollen. — Ueberdieß ist uns ja die Haut nicht blos zur schönen Larve gegeben, die wir nach Belieben verzieren und lackiren können, sondern sie ist das wichtigste Organ unsers Körpers zur Absonderung einer Menge schädlicher Unreinigkeiten, die unsichtbar aber in unglaublicher Menge

stets

stets dadurch ausdampfen, und deren freyer Durchgang zu Erhaltung der Reinigkeit des Bluts und der Schönheit selbst unentbehrlich ist. Daher kommts dann auch, daß, wenn wir durch anhaltenden Gebrauch dieser Schönheitsmittel diese ganze Wirkung der Haut unterdrückt haben, sie endlich trocken wird und als ein unnützes Werkzeug absterbt, die dadurch zurückgehaltenen Schärpen aber entweder in der Haut stockend bleiben und die garstigsten Aus schläge machen, oder zurückgehen und auf edlere Theile fallen.

So gewiß also Schönheit der Haut ohne gute Säfte und Harmonie des Innern undenkbar ist, so gewiß existiren auch keine eigentlichen bloß durch die Haut wirkenden Schönheitsmittel, und Sie können, meine schönen, gewiß auch zuweilen auf diese Art getäuschten Leserinnen, jedes neue Schönheitsmittel, es mag es nun ein Pariser Blatt oder Hr. Geisler der jüngere in Leipzig empfehlen, geradezu für Charlatanerie und Beutelschneiderei ansehen. Statt aller dieser unsichern und am Ende doch nur täuschenden Mittel, werde ich Ihnen hier einige nennen, die auf wahre Gesundheit und Reinigkeit der Haut wirken, und eine Schönheit verschaffen, die gewiß ungleich reizender ist, indem sie Wahrheit, Eigenthum und das Bild der Gesundheit selbst ist, und ihre Dauer in sich hat.

Wenn nicht auch schon die Mode der Haut gewisse bestimmte Colorationen und Beschaffenheiten vorgeschrieben hat, so glaube ich, den natürlichen Begriff von Schönheit derselben in Reinheit, Weichheit oder Zartheit, und einer gewissen lebendigen Farbe festsetzen zu können, alles Eigenschaft, die nur eine lebendige Haut haben kann; aber
jede

jede durch schädliche Waschwasser und Schminken getöbete verlieren muß, denn hier stockt die unmerkliche Ausdünstung, und diese ist doch das einzige Mittel, das die Natur zu Erhaltung dieser Vorzüge in die Haut gelegt hat. Durch sie reinigt sich die Haut unaufhörlich von allem, was scharf und unnütz ist, durch sie erhält sie ihre Oberfläche in einer beständigen Atmosphäre von erweichenden Hauch, eine Art von feinem Dunstbaad, dem wirksamsten Mittel zur Erhaltung der Weichheit und Zartheit; eine solche Haut führt endlich auch die Farbe des Lebens, weil sie innres Leben hat. — Das zweyte Hauptmittel zu Erhaltung der Schönheit ist Reinigkeit der Säfte, und diese hängt wieder von freyer Ausdünstung und dann vom gesunden Zustande der Verdauung ab. Das dritte endlich ist eine gleichförmige Zertheilung derselben, ein freyer ungehinderter Umlauf des Bluts, denn auch die reinsten Säfte müssen, wenn sie zu überhäuf nach dem Gesichte hingetrieben werden, unnatürliche Röthe, Erhizungen, Flecken, und was alles die Hauptfehler sind, über die wir sitzende Frauenzimmer so oft klagen hören, hervorbringen. — Auf diese drey Puncte lassen sich sicher alle Fehler und Verunzierungen der Haut sowohl als alle Mittel zur Schönheit reduciren, und nun hoffe ich werden Sie mir glauben, wenn ich Ihnen folgende Regeln als wahre Schönheitsmittel empfehle, bey deren Beobachtung Sie zugleich den Nebenvortheil haben werden, gesund zu bleiben.

Vermeiden Sie hitzige Getränke, Liqueurs, Punsch, starke Weine. Billig steht dieß oben an, denn ich kenne nichts verderblicheres für den Teint als dieses flüssige Feuer, das das Blut mit brennbaren Theilen anfüllt und
ganz

ganz vorzüglich nach dem Gesichte treibt, die Haut austrocknet, fleckigt macht, und den Grund zu jener unheilbaren Hautkrankheit legt, die man Rupfer nennt. Kein Zucker, kein andrer Zusatz, sollte er auch noch so sehr der Zunge das Gefühl der Schärfe nehmen, hindert die schädliche Wirkung dieser giftigen Wesen auf Gesundheit und Haut, und der lieblichste Liqueur ist sicher der gefährlichste. Willig sollten daher diese Schönheitsfeinde von den Tischen des schönen Geschlechts ganz verbannt seyn. Vermeiden Sie fernerhin das Uebermaas in warmen Getränken, Kaffee, Chocolate, Thee, doch letztern vorzüglich, weil man darinne viel leichter zu weit geht, als in jenen. Kaum wage ich diesen beliebten Freund vertraulicher Abendstunden verdächtig zu machen, aber, mit allen Respect gegen seine Gesellschaftstugenden, nöthigt mich doch mein Gewissen, ihn als der Schönheit und Reinheit der Haut äußerst nachtheilig anzugeben, und zwar auf zweyerley Art, einmal indem er die Verdauungsorgane schwächt, und zweytens indem er Wallungen und Congestionen nach dem Gesichte und austrocknende Schweißse veranlaßt. Man denke sich einen Magen, der gerade in der Zeit der Verdauung mit einem Meere warmen Wassers überschwemmt wird; seine Verdauungskraft wird eben zu der Zeit, wo er sie am mehresten braucht, ersäuft, statt eines reinen balsamischen Nahrungssafts werden verschleimte, rohe, scharfe Säfte zubereitet, die über lang oder kurz in der Haut sichtbar werden müssen. Ich kann hier die Wahrheit nicht genug einschärfen, daß nur ein gesunder Magen gesunde und reine Säfte machen kann, und daß gewiß zwey Drittheil von allem, was man Schärfe nennt, von schwachen Magen und unordentlicher Verdau-

ung herrühren. Ist nun der Thee zu schwach, so wirkt er bloß als warmes Wasser, und erschläft unbeschreiblich; ist er aber zu stark, so higt er und ist ein gewaltsames Nervenmittel, veranlaßt Herzensangst, Krämpfe, und außer einer Menge Nebeln, die sich nicht nennen lassen, fliegende Hitze, rothe Flecken, zuletzt eine welke unreine Haut. Daß diese Wirkungen nicht gleich in den ersten Monaten oder auch wohl Jahren erfolgen, beweist nichts dagegen, sie bleiben sicher nicht ausßen, denn sie sind in der Natur der Sache gegründet. — Uebersieß ist gar sehr zu bedenken, daß der Thee häufig verfälscht, und, nachdem er schon einmal abgekocht worden, durch Zusatz der Farbe und einiger Parfüms wieder aufgefrißt wird, welches ihm ganz neue schädliche Eigenschaften mittheilt. Doch ist folgendes Mittel im Stande dieß zu entdecken. Man gießt kochendes Wasser auf, und läßt es kalt werden; zeigt sich nun auf der Oberfläche eine fettige in Regenbogenfarben spielende Haut, so ist der Thee ganz gewiß nicht rein.

Noch muß ich für Hautgout, Bakwerk, Zuckerwerk, Pfen: und Fettkuchen warnen; alles Dinge, die den Magen verschleimen, Gefrös: und Hautdrüsen verstopfen, und ganz vorzüglich auf Hautschärfe wirken. Der Schaden des Gänse: und Schweinefleisches ist zu bekannt, als daß ich ihn zu erwähnen brauchte.

Bei Anordnung der Diät ist aber folgende Bemerkung vorzüglich wichtig: Es ist durchaus nöthig, sich selbst zu beobachten, indem die Schädlichkeit oder Unschädlichkeit gewisser Dinge äußerst relativ ist, und einem etwas nachtheilig seyn kann, was hundert andre ohne Schaden

genießen. Um eins nur zu berühren, so ist vielleicht die ganze Christenheit Krebse ohne Hautausschläge davon zu bekommen, und doch existirt eine Familie, wo nach jedem Genuß derselben unausbleiblich eine Art von Nesselfriesel entsteht. Andre erfahren dieß von Muscheln, und so können noch eine Menge Dinge seyn, die im einzelnen manchen unerkannten Schaden anrichten.

Doch Sie können alle diese Diätvorschriften und noch mehr beobachten, ohne des Vorzugs einer schönen Haut theilhaftig zu werden, wenn Sie nicht einer gewissen Tugend in ihrem ganzen Umfange huldigen, die ihre Verehrer gewiß nie unbelohnt läßt, — der edlen Reinlichkeit. Sie, diese beglückende Huldgöttin, zu der uns alle ein geheimer Instinct zieht, die so nahe mit Wahrheit und Reinheit des Charakters verbunden ist, und ihren Verehrern das unverkennbare Gepräge der Anmuth und Liebensehrwürdigkeit ausdrückt — sie ist, die ich mich freue hier auch als ein vorzügliches Beförderungsmittel körperlicher Schönheit empfehlen zu können. Vielleicht wird sie dadurch vielen reizender, als sie es bis jetzt schien. — Es ist nichts gewisser, als daß die reinlichsten Völker immer die schönsten waren. Was gab den Griechen, was giebt noch jetzt den Südländern, Türken und andern Völkern des Orients so auffallende Vorzüge der Gesundheit, Stärke und besonders der Schönheit, als eben diese Tugend, die sie aufs äußerste treiben, und zum wesentlichen Stücke der Religion erhoben haben. Und nun einen Blick auf die Bewohner des traurigen Nordens, Grönländer, Esquimaux, Tschuktschen u. s. w. welcher erstaunliche Unterschied! Verhungerte Seelen und Körper, in solchem Grade

beteriorirt, daß man sie kaum für eben dasselbe Menschengeschlecht halten sollte; und doch ist diese ganz schreckliche Verwandlung nichts als die natürliche Folge der Unreinlichkeit, die diesen Elenden zur andern Natur wird. Ein halbes Jahr lang in einer Grube voll dicken Thrandampf leben, und von seinen eignen Ausdünstungen zehren, sich nie waschen, ewig in unreinen Pelzwerke stecken, genug der Vortheile frischer Luft und frischen Wassers beraubt seyn, dieß ist im Stande, den Menschen zum Halbthier zu machen, und es ist traurig, daß die Nothwendigkeit, sich gegen die stiefmütterliche Natur im Norden zu schützen, die Menschen zu so unnatürlicher Lebensart zwingt, alle Gefühle für Reinlichkeit in ihnen erstikt, und sie endlich im Schmutz Erwärmung und Glückseligkeit finden läßt. Im geringern Grade ist dieß Uebel auch schon Gegenden, die sich der kalten Zone nähern, eigen. — Wir bewundern die Schönheit der englischen Damen, und glauben am Ende wohl gar ihren Grund im Genuß des Thees zu finden; aber nur die äußerste Reinlichkeit ist's, die ihre Haut gegen den nachtheiligen Einfluß des Steinkohlendampfs, der Seelust u. s. w. sichert, eine Tugend, die wahrhaftig nachahmungswürdiger ist als das Theetrinken. — Doch es ist überflüssig, nach dem, was Weirhard so schön zum Lobe der Reinlichkeit gesagt hat, sie noch mit mehrern anzupreisen. Nur als Schönheitsmittel wünschte ich sie zu empfehlen, und in dieser Rücksicht verahte sie vorzüglich auf Folgendem.

Man fliehe alle eingeschlossene verdorbne oder feuchte Luft, man bringe also sein Leben nicht in Zimmern zu, wo vielleicht aller frischen Luft der Zugang versagt ist, wo
 aberdies

Aberdieß noch sich etwa Gesellschaften versammeln, die durch zusammengebrängte Ausdünstungen die Luft vergiften. Entsetzlich ist die Verderbniß, die eine solche Luft annehmen kann, und Rousseau hat Recht, wenn er sagt: *L'homme est de tous les animaux celui qui peut le moins vivre en troupeaux. L'halaine d'homme est mortelle à ses semblables, cela n'est pas moins vrai au propre qu'au figuré!* Der Schaden für die Gesundheit im Ganzen ist unübersehlich, vorzüglich aber leidet die Haut durch die beständige Wiedereinsaugung der ausgedünsteten Unreinigkeiten, und es sind sehr gewöhnliche Fälle, daß man lediglich von eingeschlossener oder feuchter Luft des Wohnzimmers sehr langwierige Hautausschläge bekommt. Ganz vorzüglich gilt dieß aber vom Schlafzimmer, dem Orte, wo man gewiß den größten Theil seines Lebens und zwar ohne die Atmosphäre zu ändern zubringt, der also der gesündeste, reinste, trockenste im ganzen Hause seyn sollte, aber — es gewöhnlich nicht ist.

Ein zweytes wichtiges Stück der Reinlichkeit ist öfters Wechsell der Wäsche, Kleider, Bettüberzüge, denn in allen diesen Dingen häufen sich eine Menge Unreinigkeiten an, die wir uns durch ihren zu langen Gebrauch immer wieder inoculiren.

Drittens, man fürchte sich nicht, Gesicht und Hände oft mit Wasser zu waschen. Es ist wahres Vorurtheil, daß man glaubt, das Wasser verderbe die Haut, und man thue besser sie blos trocken abzureiben. Ich weiß mehrere Personen, die dieß einige Zeit beobachteten, aber die Haut wurde rauh, die Hautporen verstopften sich mit feinem Schmutz, und das Aufspringen und Ausfahren hatte

fein Ende, bis man wieder anfieng zu waschen. Doch gebe ich gern zu, daß bey harten Wasser und sehr zarter Haut es besser ist, das Wasser mit Weizen- oder Mandelkleyen zu vermischen, und sich nicht früh kurz vor dem Ausgehen in die Luft, sondern Abends bey Schlafengehen zu waschen. — Eben so nöthig für die Schönheit des Gesichts ist das Kämmen. Man kann versichert seyn, daß, indem sich durch Vernachlässigung dieser Reinigung die behaarte Hälfte des Kopfs verstopft und die freye Ausdünstung verliert, alle dadurch zurückgehaltne Scharfen sich nach dem Gesichte hinziehen und da zum großen Schaden der Schönheit durchschwigen; dieß ist so gewiß, daß man oft die langwierigsten Augenfehler durch nichts heilen kann, als durch öfteres Kämmen und Abschneiden der Haare.

Doch ich eile nun auf das wichtigste allgemeinste Reinigungsmittel des Körpers, auf das Baden, zu kommen. Hier vereinigen sich alle Vorzüge, die der Schönheit Vortheil bringen können. Es öfnet, reinigt, belebt die Haut, es bringt eine gleichförmige Circulation des Bluts und freye Ausdünstung hervor, verhütet alle Störungen und Anhäufungen desselben, verdünnt und versüßt die Säfte durch das dabey eingesogene Wasser, welches sich zuweilen auf einige Pfunde belaufen kann), genug es thut alles, was wir oben als Erfordernisse eines wahren Schönheitmittels angesehen haben, und gerade dieß versäumen wir. Ich bin überzeugt, daß die Unterlassung der gewöhnlichen Hausbäder die vorzüglichste Ursach ist, warum Gicht, Krämpfe, Nervenzufälle, mit einem Worte gewisse kränkliche Constitutionen, die der Haut äußerst nachtheilig sind, jetzt so häufig werden, und daß es ohne
Bäder

Bäder unmöglich ist, die Haut rein und schön zu erhalten, und sie für Trockenheit, Hitze, Flecken und Ausschläge zu verwahren. Es existirt ein gewisser Zustand der Haut, in dem sich fast alle Personen befinden, die ein sitzendes Leben führen, ein Zustand von Lähmung und Stokung der Hautgefäße, der Grund einer unvollkommenen Transpiration. Durch den Mangel von Bewegung (denn eine langsame Promenade im Wagen oder auch zu Fuße verdient diesen Namen nicht) entsteht eine träge Circulation der Säfte, die sich endlich kaum bis zur Oberfläche erstreckt; die Hautgefäße, die durch nichts geöffnet und ermuntert werden, verlieren endlich alle Kraft auszudunsten, und den Schärpen, die für sie bestimmt sind, freyen Durchgang zu verstatten. Kommt nun noch ein schwacher Wagen und unser elendes Zwitterklima hinzu, welches einen Tag die Haut öffnet und am folgenden sie wieder verschließt, so ist nichts natürlicher als daß alle diese Schärpen in der Haut eingesperrt werden, und daß dieselbe, anstatt ein Reinigungsmittel des Bluts zu seyn, ein Sammelplatz unnäher scharfer und schleimigter Säfte werden muß, die ihre Gesundheit und Schönheit total verderben. In dieser Hautlähmung liegt also der einzige Grund nicht nur einer Menge innerer Kränklichkeiten sondern vorzüglich der Hautfehler; und es entstehen daher wirklich Ausschläge die durch nichts heilbar sind, als durch Oefnung und Belebung der Haut und Herstellung der freyen Ausdünstung. — Die alte Welt half sich durch Bäder, unsre Vorfahren thaten dasselbe und waren gesund; wir finden fast noch in allen Städten vor Alters dazu eingerichtete Badehäuser, denn wir haben schon längst ihre Bestimmung vergessen, und sind so ganz von diesem vernünftigen und wohlthätigen

gen Gebrauche abgekommen, daß es uns selbst in Krankheiten, wo Bäder vom Tode retten können, schwer ankommt uns dazu zu entschließen. Wie schön und nachahmungswürdig ist die Mode der Türkischen Damen, die ihre Toilette im Bade machen! Zuerst wird der ganze Körper mit einem Stücke feinen Camlott trocken abgerieben, wozu man meistens Seife oder eine feine fette Thonerde nimmt; hierauf erfolgt das Baden, oder vielmehr ein beständiges Begießen mit lauwarmen Wasser, während welchem das Kämmen und andre Reinigungen des Körpers geschehen. Dieß dauert im Sommer eine Viertelstunde, im Winter eine halbe Stunde, und nun legt man sich, in reine gewärmte Leinwand gewickelt, eine Stunde lang auf den Sopha, und trinkt Kaffee. — Das Gefühl von Stärkung und Erfrischung nach dem Bade, das mit nichts zu vergleichen ist, belohnt alle kleine Unbequemlichkeiten des Bades reichlich, und ich kann mirs wirklich nicht erklären, wie ein Zeitalter, das so ersunderlich in allen Stücken des Wohllebens ist, eine so wesentliche Verrechnung des Luxus hat übersehen können; doch weiß ich gewiß, daß über lang oder kurz die Nothwendigkeit uns zwingen wird, unsre geschwächten und vertrockneten Körper durch diese von der Natur so deutlich angewiesene Erfrischung wieder zu beleben, und ich rathe allen, denen Gesundheit und wahre Schönheit werth ist, diesen modischen Gebrauch nicht abzuwarten, sondern wenigstens die Woche zweymal nach vorher gegangenen Reiben des Körpers ein laues Bad, mit Weizenkleyen, stärkenden Kräutern auch etwas Seife gekocht, zu nehmen, und des gewissen Vorzugs einer reinen schönen Haut zu gewarten.

Schon

Schon aus obigen erhellet, daß Bewegung eine unumgängliche Bedingung zu Erhaltung der Schönheit sey. Jedes Wasser, das stille steht, bekommt eine trübe und schmutzige Oberfläche, jede unbewegte Luft wird faul, und unser Körper, dieß so zusammengesetzte Kunstwerk, verlangt ganz vorzüglich diese Beyhülfe, um die Harmonie seiner Bewegungen, und das Resultat derselben, Schönheit, zu erhalten. Sollte ja die Bitterung und andre Umstände die Bewegung im Freyen hindern, so kann ich als einen Ersatz derselben, und als ein großes Beförderungsmittel der Circulation und Reinigung der Haut, das Reiben des ganzen Körpers mit einem Flanell oder trocknen Badeschwamme, welches sehr füglich mit dem Bade verbunden werden kann, empfehlen.

Noch eine kleine Warnung muß ich hier beyfügen. Selbst Personen, die vernünftig genug sind, das Nachtheilige der bloß äußerlichen Mittel, bey Hautschärfen einzusehen, glauben denn doch alles zu thun, wenn sie nur eine Menge sogenannter blutreinigender Tisanen und andre Mittel hinein trinken, wodurch sie ihren Körper gleichsam auszuwaschen meynen. Aber sie irren sich gewaltig, wenn sie nicht den Gebrauch vom Baden, fleißige Bewegung und eine gute Diät damit verbinden. Da die Tisanen größtentheils schweistreibende Eigenschaften haben, so ist nichts natürlicher, als daß die dadurch nach der Haut hin gewiesenen Schärfen, ohne Beyhülfe der Mittel, welche sie zugleich gangbar machen, daselbst noch mehr angehäuft, und oft erst recht sichtbar werden müssen.

Und nun zum Schluß noch eine Regel, die eben so einfach als wichtig für die Reinheit der Gesichtshaut ist.