

hatten, genau wie die Handschuhe Finger! Für die Vorbereitungen zur Frisur brauchte die Dame drei verschiedene Kämmen, drei Bürsten und einen Reinigungskamm für dieselben. Es wird auch nötig gewesen sein! Meint doch der weise Berater, daß es nicht zweckmäßig ist, sich mehr als einmal im Jahre die Haare ganz und gar mit Wasser zu waschen. Es gab ja genügend Salben, Puder und Haarwasser, um den Kopf sauber zu halten. Mußte die Dame nach beendigter Toilette ein Augenbad nehmen, so war es zweckmäßig, eine halbe frische Semmel in das präparierte Wasser zu tauchen, und sich damit Kompressen zu machen. — Manchmal nahm Madame am Vormittag ein Bad. Dazu waren vielerlei Vorbereitungen nötig. Die Wanne mußte einen passenden Holzdeckel mit einer Oeffnung für den Kopf haben, damit das Wasser gleichmäßig warm blieb. Außer Handtuch, Seife usw. gehörte zur Badetoilette auch eine kleine Handbibliothek, die neben Unterhaltungsstoff auch „Badelektüre“ über Bäder, weibliche Schönheit, Gesundheit und ähnliches enthielt. Dieser Lektüre sollte sich die Dame nach dem Bade befleißigen, aber ja nicht während des Bades selbst lesen, und nähme sie auch nur ein Fußbad. Dagegen war es sehr bekömmlich, sich im Bade eine Tasse Kaffee oder Schokolade reichen zu lassen. Begab sich die Dame gleich nach dem Bade zur Ruhe, so sollte sie sich in ihr angewärmtes Bett legen, aber kein Nachtkleid anziehen. Nachtkleider galten bei hinreichender Bettdeckenwärme für durchaus überflüssig!

Bei frostigem Wetter war es ratsam, sich das Gesicht mit flüssigem Eiweiß zu bestreichen, um es vor dem Aufspringen zu schützen. Neben solchen natürlichen Mittelchen geben die Toilettenbücher noch eine Unzahl von Rezepten für Puder, Salben, Parfüms usw., die die Dame von Welt sich selbst bereiten konnte. Da gab es rote und weiße Lippenpomade, Mittel gegen Sommersprossen und Leberflecke, Haarpuder, Seife und schließlich gar eine Salbe gegen üblen Geruch aus der Nase. Dann werden die verschiedenartigsten Schminken beschrieben, sogar blaue Schminke, um sich die Aederchen an den Schläfen fein nachziehen zu können. Weiter gibt es Luftreinigungsmittel, Parfüms für Wäsche und Kleider und gar noch ein besonderes Wasser, um Nadelkissen und Nähkörbchen wohlriechend zu machen.

Einen anderen Abschnitt seines Buches widmet der Verfasser der Diät. Da gibt es besondere Nahrungsmaßregeln für sanguinische Naturen, cholerische Temperamente, für Melancholiker und Phlegmatiker. Frisches Obst ist für jedermann als Nachtisch durchaus zu verwerfen. Nach der Mahlzeit soll man jede körperliche Anstrengung, jedes ernsthafte Denken vermeiden. Die Dame soll auch nie vergessen, daß neben dem Bemühen, gesund zu bleiben, sie ihre Schönheit nur erhalten kann, wenn die Seele mit dem Körper harmoniert. Vor allen Aufregungen muß sie sich hüten; Liebe, nicht nur unbefriedigte, sondern auch heiße, beglückte, schadet der Schönheit. Zum Schluß seiner Betrachtungen meint der Verfasser, daß der Mensch auch imstande ist, seine ganze Physiognomie zu pflegen. Durch regelmäßiges Betrachten im Spiegel und ständige Aufmerksamkeit können manche Züge gemildert und veredelt werden. Und so schließt der Ratgeber mit den belehrenden Worten, daß Studium und ernster Wille hier wie überall sehr viel vermögen.