

Schönheit gesellschaftlicher Mittelpunkt zu sein; die berufstätige Frau aber will sich nur ihre Jugend und damit die Arbeitsmöglichkeit erhalten.

Ich will nun nicht nur sagen, was man alles für seine Schönheit tun kann, sondern vielmehr zeigen, was jene Frauen, deren gutes Aussehen wir neidvoll anerkennen, tun, um eben „so auszusehen“.

Dabei habe ich absichtlich Frauen gewählt, die grundverschiedene Berufe ausüben, um zweierlei zu beweisen: erstens, daß die Frau, wenn sie nur will, auch bei anstrengender Tätigkeit ein wenig Zeit für sich und ihren Körper hat; zweitens, daß sie nicht nur aus Eitelkeit Kosmetik treibt, sondern, um sich für ihre Arbeit möglichst lange gesund und schön zu erhalten.

FRAU OLGA TSCHECHOWA

Von der beliebten Filmschauspielerin Frau Olga Tschschowa erfuhr ich in einem gemütlichen Plauderstündchen viel Interessantes:

Bei allem, was Hygiene, Gesundheits- und Schönheitspflege meines Körpers betrifft“, sagte sie, „verlasse ich mich auf den Instinkt meines Körpers, der das, was ihm nicht bekommt, von selbst zurückweist. Ich brauche viel Luft. Ein geheiztes Schlafzimmer gibt es für mich nicht. Winters und sommers schlafe ich bei offenem Fenster. Meine Kleidung ist hygienisch insofern, als sie meinen Körper in keiner Weise behindert. Hohe Absätze gibt es für mich im Privatleben nicht, anders natürlich, wenn ich auf der Bühne stehe oder gesellschaftlichen Verpflichtungen nachkomme.

Abends nehme ich ein heißes Bad und reibe mich dabei mit einem harten Luffahandschuh gründlich ab. Diese Massage tut gut.

Als Badezusatz gebe ich dem Wasser gern einen Brei von — — Haferflocken. Ja“, sagte Frau Tschschowa, als sie mein ungläubiges Gesicht sah, „ich lasse einen Schleim aus 1 bis 2 Pfund gewöhnlichen Haferflocken bereiten, den ich gut durchgeseiht auf eine Wanne voll Wasser reche. Versuchen Sie es ein paarmal! Ihre Haut wird weich und samtend nach wie Wildleder. Sie haben im Bade keineswegs das



Phot. Veres A. Pál, Budapest

Gefühl, in einer schleimigen Masse zu sitzen. Im Gegenteil, Abspülen mit klarem Wasser ist hinterher nicht nötig. Die Haut ist glatt und rein. Übrigens ist es geradezu empfehlenswert, sich auch hin und wieder das Gesicht so zu waschen.

Wenn Sie solche einfachen Hausmittel interessieren, so will ich Ihnen gern noch einige Tips geben. Eine vorzügliche ganz einfache Behandlung der Haut, die diese weich macht und bleicht, ist folgende:

Zu dem geschlagenen Eiweiß von einem Ei geben Sie 1 bis 2 Tropfen Zitronensaft. Diese Masse tragen Sie auf das Gesicht auf. Das ist kein sehr angenehmes Gefühl, denn wenn der Schnee zusammenfällt, zieht er die Haut auch zusammen und bedeckt sie wie eine starre Maske. Nach einer Viertelstunde wird die Mischung mit lauwarmem Wasser abgewaschen.

Nun wollen Sie noch mehr von mir wissen. Wir sprachen gerade vom Bade. Morgens nehme ich ein lauwarmes Bad mit anschließender kalter Dusche. Das Gesicht wasche ich mit recht kaltem Wasser. Dann reibe ich es mit Mandel- oder Olivenöl ab, lege eine Untercreme auf und pudere. Öl nehme ich ebenfalls abends, um das Gesicht von Schminke, Puder und Staub abzutupfen. Ich benutze einen fein pulverisierten und sterilisierten Puder.

Mein persönlicher Standpunkt ist der, daß man seine Haut desto besser behandelt, je weniger man ihr antut. Aber dieser Standpunkt verträgt sich mit einem anderen nicht, der da sagt, man soll nie auffallen, d. h., daß man sich in jedem Lande dessen Sitten anpassen muß. Also male ich mich in Frankreich z. B. sehr, sehr stark an.

Apropos: Malen. Ich nehme für die Lippen gern flüssiges Rouge. Für die Wimpern nehme ich gleichfalls flüssige Tusche, und zwar nicht in schwarz, denn dadurch erscheinen die Augen gewaltsam aufgerissen und verzerrt. Ich nehme korndunkelblau, das getrocknet eine dunkelgraue Tönung ergibt, die auch viel dezenter wirkt.

Natürlich turne ich täglich. Nicht aus Schlankheitsrücksichten, sondern, weil ich es für gesund halte. Es regt Blutzirkulation, Stoffwechsel und Verdauung an. Diese sollte man überhaupt nach