

Zeitschrift: Das neue Leben - Im Lichte neuzeitlicher Erkenntnis : monatliche Zeitschrift und Ratgeber über alle Gebiete der Lebensreform

Herausgeber: A. Vogel

Band: 3 (1931-1932)

Heft: 5

Artikel: Schönheitspflege und ihre Helfershelfer

Autor: A.V.

DOI: <https://doi.org/10.5169/seals-968622>

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. [Mehr erfahren](#)

Conditions d'utilisation

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. [En savoir plus](#)

Terms of use

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. [Find out more](#)

Download PDF: 08.02.2026

ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>

Die Enttäuschung bracht ins Leben,
Denn es eilt die Zeit von dannen,
Und die Hoffnung füllt das Leben!
Rosen sprühen, Rosen glühen,
Rosen still vergehen wieder,
Doch die Menschheit wird erblühen,
Schon erwachen Friedenslieder!

Schönheitspflege und ihre Helfershelfer.

Ah ba, Schönheit! Warum denn schön sein? Von Schönheit hat man nicht gegessen, wenn man nur recht ist, etwas leistet und gesund ist dabei! – Wer so redet, beweist damit, sich mit einer für ihn unabänderlich erscheinenden Tatsache abgefunden zu haben, oder er versteht unter Schönheit eine puppenhafte, mit Schminke und Lippenstift bemalte Gestalt, mit einem leeren Ausdruck, wie heute so viele auf den Trottoiren und belebten Parkanlagen kursieren. Schönheit ist ein Begriff, der eben auf verschiedene Art verstanden werden kann. Wahre Schönheit wird nicht bewußt zur Schau getragen, denn dann ginge sie verloren.

Wirkliche Schönheit ist der Ausdruck von Gesundheit, sowohl was die Gestaltung des Geistes wie die damit zusammenhängende Form des Körpers anbetrifft. Ohne Gesundheit keine wirkliche Schönheit, darum ist Gesundheitspflege zugleich die einzig richtige Schönheitspflege.

Was heute vielfach unter Schönheitspflege noch verstanden wird, ist lediglich ein Flickern, Pflastern und Bemalen des Körpers, was vielfach schädigend auf die normalen Funktionen der Haut einwirkt.

Wenn wir die Handhabung einer richtigen Schönheitspflege kennen lernen wollen, müssen wir die Geschichte der Menschheit etwas durchblättern und wir werden unter den Sitten und Gebräuchen aller Völker Aufzeichnungen über Schönheitspflege und Schönheitsmittel finden.

Seien es nun die Römer, die Griechen, die Perser oder die Babylonier, bei allen finden wir eine ziemlich ausgedehnte Schönheitspflege vor. Sogar die in der Bibel als Volk Gottes bezeichneten

Lachen ist bekanntlich sehr gesund, leider haben es unsere heutigen Menschen fast verlernt. (A. Glucker.)

alten Israeliten kannten eine Schönheitspflege. Dazugehörende Mittel waren besonders die aus der Bibel bekannten Salböle, die neben ihrer symbolischen Bedeutung auch als Schönheitsmittel angewendet wurden.

Wenn Körperpflegemittel, Schönheitsmittel nur als wertloser Luxus bezeichnet werden mit der Begründung, der Mensch hätte dies nicht notwendig, da in seiner Haut Apparate genug da seien, die sowohl die Ernährung der Haut wie auch das Einölen bzw. Einfetten besorgen, dann möchte dem folgendes vor Augen geführt werden:

Es ist Tatsache, daß der Körper alles besitzt, um diesbezüglich vollautomatisch zu arbeiten, und wenn wir uns einen Adam im Paradiese vorstellen, der frei und unbekleidet einhergeht in würziger Luft, in Sonne und Blumenduft badend, dann ist eine Körperpflege mit Ölen nicht notwendig, da die Haut solche in ätherischer feiner Verdünnung aus der Luft aufnimmt. Woher kommt die erfrischende, nervenstärkende Wirkung beim Luftbade im duftenden Tannenwalde, wenn nicht von der Aufnahme der feinen, Ozon genannten ätherischen Öle, die unsere Haut, bzw. die darin eingebauten Apparate aufgenommen haben!

Zudem möchten wir nicht vergessen, daß wir durch das Waschen der Haut mit Seife stetsfort einen Großteil der eigenen Fette entfernen, die vor allem wieder ersetzt werden müssen, wenn eine normale Einfettung möglich sein soll.

Es ist also notwendig, unsern Körper außer der Zuführung guter Nahrungsmittel richtig zu pflegen, wenn er gesund und schön sein soll.

Daß der Mensch schöne Körperformen lieb hat, zeigt die Geschicklichkeit, mit der er Mängel durch Kleidungsstücke zu verdecken sucht. Große Summen werden ausgegeben für Schönheitsmittel, die vielfach chemische Aroma, Farbe oder Bleichmittel enthalten. Das Resultat ist besonders im Alter ein ganz jämmerliches.

Zur richtigen Schönheitspflege gehört alles, was die gesunden Funktionen des Körpers fördert, sei es nun die gesunde Nahrung, richtige Essenstechnik und Atmung, seien es Wasseranwendungen,

Der Wille zur Gesundheit hängt sehr viel von den Verhältnissen ab. Sind diese drückend, so wird die Gesundheit und deren Pflege wesentlich darunter leiden, sind sie aussichtsreich, so blüht auch ein freudiger Wille.

Gymnastik, Sonnen- und Luftbäder, sei es die Reinhaltung der Haut durch Waschungen mit Oel oder Seife, seien es Körperpflegemittel, wie naturreine Salböle, pflanzliche Salben und Hautpflegeartikel.

Nachfolgendes soll dazu angetan sein, etliche Hautpflegemittel in ein richtiges Licht zu stellen.

Seife und Seifenprodukte.

Nicht umsonst haben neuzeitlich eingestellte Aerzte und führende Lebensreformer vor dem Gebrauch der Seife abgeraten und zum Reinigen der Haut Oele empfohlen. Man kann sich nämlich mit Oel gut reinigen, jedoch ist diese Reinigungsmethode etwas teuer und mit Umständen verbunden, was das Reinigen der dazu notwendigen Tücher anbelangt. Zudem ist Oel für starke Verunreinigungen nicht genügend.

Seife hat man nicht mehr empfohlen, weil die Seife, wie sie heute erhältlich ist, verschiedene Mängel und Nachteile hat.

Erstens wurden zur Seifenfabrikation viel tierische Fette verwendet, die sich besonders bei unvollständiger Verseifung schnell zersetzen und somit Zerfallprodukte bilden, die auf die Haut schädlich einwirken.

Zudem enthalten viele Seifen, besonders die kaltgerührten zuviel Alkalien und sind somit zu scharf für die Haut.

Das Aroma wird mit synthetischen, d. h. chemischen Stoffen hineingearbeitet.

Um dem Auge gefällig zu sein, wird chemisch hergestellte Farbe hineingemengt, die der Haut auch nicht nützlich sein kann.

Ein Wassergehalt bis zu 20 % fördert den Zersetzungsprozeß der unverseiften Fette, wie auch der ätherischen Oele, die als wirksame Stoffe zugesetzt werden.

All diese Punkte gaben die Veranlassung, die Seife etwas zurückzudrängen. Die Nachfrage nach einer wirklich einwandfreien Seife war besonders in Reformerkreisen sehr rege und einige Firmen haben das beste getan, was getan werden konnte mit den bisherigen Herstellungsverfahren, wovon einige Reformseifen zeugen.

Durch ein in der Schweiz patentiertes Verfahren ist es nun gelungen, Seife und Seifenprodukte herzustellen, wie sie schon lange gewünscht, jedoch noch nicht erhältlich waren. Was dieses Seifenherstellungsverfahren allen andern voraus hat, ist folgendes:

**Weit köstlicher als Geld und Gut
Sind Herzensfriede und froher Mut.**

1. Die Möglichkeit, eine völlig wasserfreie Seife herzustellen, wonach alle Oele konserviert und somit wirksam bleiben.

2. Bis heute noch nicht erreichter Gehalt an völlig verseiften Fetten.

3. Die Möglichkeit heilwirkende Stoffe und ätherische Oele bis zu 10 % in die Seifenmasse zu verarbeiten, während bis heute ca. 2 bis höchstens 3 % in der Seife verblieben.

Daß eine solche Seife, die zudem aus reinen Pflanzenölen hergestellt wird, direkt begrüßt werden muß, ist begreiflich, denn damit ist auf dem Gebiete der Hilfsmittel zur Gesunderhaltung unseres Körpers ein weiteres Hilfsmittel gegeben, das vielen nützlich sein wird. Die Pflanzensäfte und ätherischen Oele dieser Seife werden auf kaltem Wege in den wasserfreien Seifenkörper hineingebracht, sodaß sie als roh konservierte Oele voll wirksam sein können.

In Basel ist eine Firma gegründet worden, die nach diesem patentierten Verfahren Seife, wie auch Shampoo herstellt und somit erhält unsere schweizerische Reformindustrie einen neuen, noch fehlenden Teil angegliedert. Mit dem desinfizierenden Fichtenwurzelöl, wie auch mit Po-Ho-Oel und anderen reinen, hochwertigen Oelen werden Seifen hergestellt, die voraussichtlich auch an der Hyspa in Bern ausgestellt werden.

Die gleiche Firma stellt ein Shampoo (Kopfwaschpulver) unter der Marke „Maru“ her, welches völlig ohne Zusatz von Soda und nach dem gleichen Fabrikationsprinzip hergestellt ist. Ein gutes, sodafreies Shampoo ist schon deshalb wichtig, weil Schuppenbildung in vielen Fällen nur auf die Anwendung scharfer Shampoo zurückzuführen ist.

Hautpflege-Oele.

Ist es nicht eigenartig, daß heute, wo die Reformbewegung immer mehr Aufklärung schafft, plötzlich alle Parfümeriefirmen mit Salbölen und Hautpflegeölen kommen. Ob diese Leute wirklich orientiert sind über die Erfordernisse der Haut, d. h. über die Zusammensetzung eines wirklich guten Salböles ist eine zweite Frage. Einige nehmen Petrolatum (aus Petroleum bzw. Erdöl hergestelltes Vaselineöl) und mischen etliche aromatische Oele hinzu und ein

Die Regeln der Vererbung sind nicht so starr und unerbittlich, wie man zuerst geglaubt hat, und die menschliche Konstitution (Leibesbeschaffenheit und Veranlagung) ist nicht unabänderlich.

(Dr. Med. H. Balzli.)

Salböl ist fertig. Andere nehmen Mandelöl, das eher geeignet ist als Grundöl, jedoch in den wenigsten Fällen trifft man unter den Marken der Parfümeriefabriken Salböle, die wir unserer Erkenntnis gemäß empfehlen könnten, da die meisten erstens nach üblicher Methode künstlich gefärbt sind und ausser der Farbe noch der angenehme Geruch als wichtig beachtet wird. Man wähle deshalb die Marken, die von Reformern hergestellt werden, wie z. B. Avoba, Diaderma, Dravida, Yade und wie die Reformmarken alle heißen.

Es ist absolut nicht gleichgültig, was unser Körper zur Aufnahme eingerieben erhält und besonders Homöopathen wissen, wie sogar kleine Mengen eines Stoffes einwirken können. Hautpflege-Oele sollen als Grundlage unraffiniertes, rohes Olivenöl enthalten. Dazu sollen *rohe Pflanzensäfte* frischer Heilpflanzen beigefügt werden und erst dann kommen die reinen Oele aus Blumen, Blättern, Nadeln, Hölzern und Wurzeln, welche letztere allerdings sinnvoll und nach bestimmten Prinzipien zusammengestellt werden müssen.

Ein Oel muß als wundheilendes Mittel wirken. Ein anderes soll für Sonnenbrand berechnet sein, ein anderes muß die Durchblutung fördern, ein weiteres soll Pilze und Bakterien töten und so gibt alles zusammen verarbeitet ein Salb-Oel, das die Hauttätigkeit und somit auch die Gesundheit zu heben vermag.

Auch auf das Nervensystem kann durch die Haut auf diese Weise eingewirkt werden, was ein Salb-Oel, bei denen, die regelmäßig davon Gebrauch machen, ebenso zum Bedürfnis werden lassen kann, wie das tägliche Waschen, ja sogar wie die tägliche Nahrung.

Darum kein Bad, besonders kein Freiluftbad ohne vor- und nachher mit einem guten Oele zu salben, denn erstens schützt man sich besser vor Verbrennungen und zweitens profitiert der ganze Körper mehr von den Lichtstrahlen durch die Verbesserung der Strahlungskräfte aufnehmenden Funktionen. A. V.

Wanderzellen.

(Fortsetzung)

Denn wie Heinzelmannchen kamen immer neue Scharen von Zellen aus allen Seitentälern, allen Felsenspalten hervor, krochen an den Lavawänden entlang und leckten, rieben, scheuerten sie ab, zwängten sich unter die hängenden Felsen und unterwühlten sie, bis sie gelöst aus ihrer Wand zu Tal rollten, und drunten waren Hunderte