

13.

Das Luftbad.

In unserm Taschenbuche von 1792 haben wir einige Nachricht vom Seebad gegeben, und nachher mit Vergnügen bemerkt, daß unsere Vorschläge nicht ganz fruchtlos gewesen sind. Der Himmel gebe, daß es die Bäder selbst eben so wenig seyn mögen, woran wohl nicht zu zweifeln ist. Würden auch in einem Jahr nur zehn Krankheiten damit abgewaschen, so wäre der Nutzen schon sehr groß, zumahl in dieser traurigen Zeit, wo die Arzeneyen täglich theurer und die Krankheiten immer wohlfeiler werden. Diesen Artikel wollen wir dem Luftbad widmen, das vermuthlich die wenigsten unsrer Leser noch

in dem Lichte werden betrachtet haben, in welchem es hier erscheinen wird.

Chemahls badete man sich bloß im Wasser und sehr viele Völker, namentlich die gesundensten, kennen bis diese Stunde noch keine andere Bäder als See- und Flußbäder. Hätten sie auch schon einige darüber, so haben sie doch die Wörter nicht dazu, und das ist gerade so viel als hätten sie gar nichts. In der Christenheit badet man sich jetzt in allen vier Elementen, und da, wo man deren fünfse zählt, obendrein auch im fünften. Erstens im Wasser; zweytens im Feuer so weit man es vertragen kann, dahin gehören die Russischen Schweißtreibhäuser, und die den Alten schon bekannte Insolation und Aprication, das Sonnen, wenn man diese nicht etwa lieber ein Lichtbad nennen will;

drittens in der Luft, woben wir so-
gleich reden werden; viertens in der
Erde. Dieses Bad sowohl, als das Wort
dazu, ist eine Erfindung des berühmten
Dr. Graham, des Erfinders des himms-
lischen Bettes. So kostbar sein himms-
lisches Bett war, so wohlfeil ist sein Erds-
bad. Man läßt ein Loch in die Erde
graben, so tief, daß man darin bis an
den Hals stehen kann, und stellt sich
nackend hinein, läßt alsdann wieder Erde
hinzuwurfen, und etwas fest anstampfen
bis an den Hals. Es darf nichts frey
bleiben, als der Kopf, selbst die Arme
nicht, daher man sich in ameisenreichen
Gegenden die Ameisen wedeln lassen muß.
Auch die Hunde müssen entfernt werden,
weil diese manche Köpfe leicht für Acker-
steine halten möchten. Es soll dieses Bad
ein Mittel wider sehr viele Uebel seyn,

fasi so wie das Grab selbst, das am Ende alle heilt, und Grahams beyde Erfindungen, Erdbad und himmlisches Bett in sich vereint. Der gelehrte Erfinder hat auch eine Theorie davon gegeben; sie ist aber etwas verwickelt, und erwartet noch ihre Bestätigung erst von der Erfahrung. Der Dr. selbst hat es eingemahl ohne Schaden gebraucht; andere wollen es nicht rühmen. Es gehört also in der Materia medica in die reiche Classe von Arzneymitteln, die zuweilen nicht schaden. Fünftens endlich das Bad im fünften Element, ich meine das elektrische. Hierzu könnte man noch ein sechstes rechnen, Mesmers magnetisches Bad, und endlich bloß der Zahl Sieben zu Liebe, das Quecksilber- oder Mercurial-Bad. Dieses paßt freylich nicht so ganz hierher. Wer

indessen Philosophie studirt hat, wird mir diese Einschaltung leicht vergeben, und bloß der Unstudirten wegen merke ich an, daß man es mit dem Verpacken von Begriffen hält, wie mit dem Verpacken von Waaren. Wenn alles in der Kiste ist, was eigentlich hinein gehört, und es schlottert noch, so steckt man etwas anderes dazwischen.

Daß den nackenden Körper ganz, einer angenehm kühlen oder auch selbst einer kalten Luft auf kurze Zeit auszusetzen, eben die Wirkung ungefähr thut, wie das kalte Bad, wenigstens die angenehme Wärme beym Ankleiden hervorbringt, wie ein mäßig gebrauchtes kaltes Bad, werden vermuthlich mehrere unserer Leser aus der Erfahrung wissen. Ja bey der guten Wirkung des kalten Bades selbst ist es ungewiß, wie viel davon der Berührung

der Luft zugeschrieben werden muß, die nun, nachdem der Leib von allen unmerklichen Unreinigkeiten die die Ausdünstung zurück läßt, gereinigt ist, desto näher an den Körper antreten, und die beste Wirkung in kurzer Zeit hervorbringen kann. Vermuthlich ist auch die Sache von Aerzten schon weiter untersucht worden als mir bekannt ist. Ich führe hier nur an, daß Franklin, dessen flüchtigste Aeußerungen immer mit Respect gehört zu werden verdienen, ein großer Freund von dem Luftbad gewesen ist. Besonders verdient aber hier erwähnt zu werden, daß, freylich sonderbare, Cabinettsstückchen von einem Menschen, ich meine Burnet Lord Monboddo, ein bekanntlich schwer gelehrter Mann. Der berühmte Schauspieler Foote nannte ihn eine Elzevirische Ausgabe von Dr. Johnson, vermuthlich weil sein An-

blick weder an Celoß noch Wär, erinnert, wovon das Kaliber des erstern und die Sitten des letztern leicht jedem ins Gedächtniß kommen mußten, der das Glück hatte den Doctor zu sehen, oder das Unglück ihm zu widersprechen. Man weiß leider freylich, daß Lord Monbodo glaubt, die Menschen wären ehemahls riesenmäßig und dabey geschwänzt gewesen; daß er sogar deswegen den Weltumseglern Untersuchungs-Plane vorgelegt hat, die Sache aufs Reine zu bringen; daß er glaubt er spreche das Griechische völlig so aus, wie man es ehemahls zu Athen ausgesprochen habe; daß er sich mit Del salbt wie die Alten ic. Alles dieses kümmert uns hier wenig, genug er nimmt sehr oft ein Lustbad, das ist, er macht sich ganz nackend, in freyer Luft, eine starke Bewegung, und glaubt, daß er es

diesem Verfahren zu danken habe, daß er sich in seinem siebenzigsten Jahre noch so jung fühlt, als in seinem dreyßigsten. Auch hat man mir erzählt, daß er die Fräulein Burret, seine Tochter, zuweilen nöthigen soll, dieses Bad zu gebrauchen, welches wegen der großen Durchsichtigkeit der Luft und (da man bey Tage baden muß) der großen Scharfsichtigkeit der im Strande der Schuld Lebenden wegen, immer eine bedenkliche Cur ist. Dieses alles war längst bekannt, und man achtete nicht viel darauf. Nun aber sängt doch die Sache an ernstlicher zu werden, wenigstens ist sie nun dahin gebracht, daß man davon reden kann, ohne zu fürchten, durch gesuchte unnütze Gräbelen die Würde der Naturlehre, oder durch muthwillig scheinende Vorschläge die Majestät der Sittsamkeit und Unschuld zu beleidigen.

Ein Englischer Arzt, Abernethy *), hat durch viele Geduld erfordernde Versuche gefunden, daß das, was in der Luft, die die menschliche Haut berührt, theils durch Uebergang aus dem Körper in dieselbe, theils durch Eintritt aus ihr in den Körper vorgeht, große Aehnlichkeit mit dem bekannten Ein- und Ausathmungsprozeß durch die Lungen habe. Reine, dephlogistisirte Luft wird ungefähr eben so dadurch verändert, als durch das Ein- und Ausathmen. Da nun der Lungenprozeß bisher mit großer Wahrscheinlichkeit für den Hauptquell der Wärme warmblütiger Thiere gehalten wurde: so folgt daraus, daß, wenn diese Versuche

*) *Surgical and physiological Essays by John Abernethy* P. II, London 1793. Die Abhandlung selbst ist überschrieben: *On the nature of the matter perspired and absorbed from the skin.*

richtig sind, der Mensch gleichsam über den ganzen Körper einathme, ohne es zu wissen, und also ohne sein Zuthun einen Zufluß von Wärme erhalte, der ihm bisher so unbekannt geblieben ist, als es für unzählige Menschen, noch bis jetzt, die Ausleerungen sind, die an der Oberfläche vorgehen. Erhält aber der Mensch Wärme durch Einathmen (so wollen wir es nennen) über die ganze Haut: so muß die Kleidung nothwendig ein großes Hinderniß für diesen Prozeß werden. Zwischen Fell und Hemd u. s. w. muß sehr bald eine Luft entstehen, die für den Prozeß nicht mehr taugt, und die Erstickung muß ihren Anfang nehmen, wenigstens zwischen Fell und Hemd. Gesicht und Hände athmen indessen noch fort. Wer weiß ob nicht bey dem schönern und wärmeren Geschlecht, die die

Gränzen der Noththat an Armen und
Waisen zuweilen etwas erweitert haben,
ein dunkles Vorgefühl dieser neuen Wahr-
heit zum Grunde lag. Ja wer weiß, ob
nicht, was, wo ich nicht irre, unser vor-
trefflicher v. Cronenk geweißagt hat,
eben aus diesem dunkeln Vorgefühl von
Abernethy's Theorie, der tiefe Aus-
schnitt am Busen, und der hohe Ab-
schnitt am Unterrock sich endlich ein-
ander auf halbem Wege begegnen und
zum bloßen Feigenblatt unserer ersten Nel-
tern zusammenschmelzen werden. So führt
auch diese Theorie, so wie die neueste
Politik auf eine baldige Wiederkehr vom
paradiesischen Stand der Unschuld und
Gleichheit. — Ein sehr netter Schluß der
unmittelbar aus Hrn. Abernethy's Er-
fahrungen folgt, ist, daß, wenn es einen
in Kleidern friert, es einen deswegen noch

nicht gerade auch nackend frieren müsse. Denn es könnte uns ja bloß deswegen in Kleidern frieren, weil der Wärme- Erzeugung- Prozeß nun über eine so große Fläche der Haut gehemmt ist, daß freylich die Nase und die Fingerspitzen den Verlust bald empfinden müssen. Wir berufen uns hierbey auf die Erfahrung. Man versuche es einmahl und kleide sich nackend in einem Zimmer aus, das bis zu dem Grade kalt ist, daß man sich die Hände reiben und ein kleines Feuer wünschen möchte: so wird man deutlich bemerken, daß die unangenehme Empfindung von Kälte gar nicht zunimmt, wenigstens gar nicht in der Verhältniß, in der man es nach einer solchen Entblößung erwarten sollte. Da ich möchte fast sagen, man fände sich wärmer, wenigstens behaglicher. Es mag nun hier Wärme nach *Abernethy's*

Vorstellung erzeugt werden, oder die kalte Luft mag wirken wie kalte Bäder überhaupt, und in der Haut sowohl als den Gefäßen die Spannung hervorbringen, die den Umlauf des Bluts begünstigt, und auf diese Weise erwärmen. Ja es kann beydes zugleich Statt finden, oder auch beydes einerley seyn, nur anders gedacht. Genug, daß es im Ganzen wahr ist. Es scheint also nichts weniger als verwerflich zu seyn, sich tagtäglich oder wenigstens zuweilen auf eine kurze Zeit nackend der Luft auszusetzen. Doch ist es unser ernstlicher Rath, ja dabey einen Arzt zu befragen, oder wenigstens, nach Maßgabe der Beschaffenheit des Körpers, behutsam zu Werk zu gehen, damit nicht in unserm Contor Klagen über Schnupfen, Zahne weh und Erkältungen einlaufen. Denn unser kleines Taschenbuch möchte lieber

alles in der Welt seyn, nur kein: *Jeder Mensch sein eigener Doctor*, das wohl im Grunde nicht anders sagt, als: *Jeder Mensch sein eigener Giftmischer*. In wie fern durch Hrn. Dr. Faust's Vorschläge zu Kindertrachten, die Sache eingeleitet werden könnte, oder wie weit sich seine Vorschläge mit dieser Theorie vertragen, oder ob nicht von dieser Seite her selbst seine Vorschläge eine anständigere Einleitung hätten erhalten können, überlasse ich dem sehr würdigen und gewiß wohlmeinenden Manne selbst zur Entscheidung. Er hat sicherlich sehr viel Wahres gesagt, das aber wenig Eindruck gemacht hat, weil der Hauptgesichtspunct, wie mich dünkt, etwas unanständig gewählt ist. Es wäre genug gewesen nur einmahl in einer einzigen Zeile auf so etwas hinzuweisen; man hätte ihn doch

verstanden. Hat es nicht überhaupt eine besondere Beschaffenheit mit unsrer jetzigen Schriftstellerey, daß man über heimliche Sünden überall öffentlich schreiben kann, aber über öffentliche immer heimlich schreiben muß, wenn man nicht eingesteckt seyn will?

So viel von dem Lustbad, das freylich den Nachtheil mit sich führt, daß man, um es zu gebrauchen, fast weiter nichts nöthig hat, als im Freyen das Hemd einmahl über die Ohren zu ziehen. Alle die herrlichen Reisen nach fremden Gegenden fallen weg, und mit diesen auch die zu manchen Zwecken so zuträglichen Trennungen der im Himmel zusammen geschlossenen, ich meine die so genannte Strohwitwenschaften. Die Aerzte müßten denn etwa zeigen, daß zu einem ächten Lustbad eine reinere und daher

höhere Luftschicht nothwendig gewählt werden müßte, und sonach, den Harz oder die Bergstraße oder die Schweiz in Vorschlag bringen, wo dann freylich die Unternehmer Sorge tragen müßten, der Durchsichtigkeit und Scharfsichtigkeit zu begegnen, von der wir oben geredet haben.