

absehen wollen, daß durch fortdauernde angestrengte Arbeit beim Lampenlichte das Auge geschwächt wird und schließlich erblindet, kann selbst das gesunde Auge nie Eigenheit und Gefälligkeit der Arbeit bei künstlichem Lichte so bilden und unterscheiden wie bei Tageslicht. Welcher tüchtige Maler wird ein Bild bei Lampenlicht malen wollen? Und wir sehen leider Werkstätten, in welchen diese Gottesgabe nachgerade ausgewiesen wird. Ich kenne Tischler- und Schlosserwerkstätten, welche, obwohl zur Hälfte unter der Erde gelegen, die ohnedies niedrigen Fenster unter einer Kruste von Schmutz fast verborgen haben. Bei schlechter Öllampe arbeitet der Mann vom Morgen bis zum Abend, während ihm eine Kanne Wasser und eine Hand voll Regenraut mindestens durch einige Stunden das schönste Licht verschafft hätte. Andere Werkstätten sind in vormaligen Stallungen, Schuppen und dergleichen untergebracht, und eine geringe Auslage, welche durch Ersparung von Beleuchtungsmaterial bald wieder eingebracht sein würde, könnte hier ein schönes Oberlicht ermöglichen.

Die Abstellung solcher Übelstände, welche um so gerechtfertigter erscheint, als sie meist ganz ohne Kosten durchführbar oder nur mit geringen Auslagen verbunden ist, würde das größte Gut, die Gesundheit, einbringen und erhalten!

Nach dem „Bildungs-Verein“.

#### 4. Das Bad.

Wenn der Sommer mit seinen heißen Tagen bei uns einzieht und die drückende Hitze auch in der Nacht nur wenig weicht, dann stellt sich nur zu oft das Bedürfnis ein, durch ein kühles Bad im Freien den Körper zu erquicken. Und wohl dem Wohnorte, dessen Lage es den Bewohnern möglich macht, den Segen eines Fluß- oder Seebades zu genießen. Gibt es doch keine angenehmere und dem jugendlichen Körper dienlichere Tätigkeit, als das Bewegen in der kühlen Flut. Wie atmet dabei die Lunge so tief, wie stählen sich die Glieder, wie erneuert sich Lust und Mut zur Arbeit! Der häßliche Staub der Arbeitsräume, der durch die Atmung in die Lunge eindringt und die Haut verunreinigt, wird gründlich beseitigt und die Tätigkeit der Haut ganz wesentlich erhöht.

Diese segensreiche Wirkung des Bades war bereits den alten Völkern bekannt. Eifrig badeten die Griechen und Römer, ja das Bad ist mit ihren Gottesdiensten aufs engste verknüpft, und Wunder ihrer Baukunst zeugen noch heute von dem hohen Werte, welchen man der Reinigung des Körpers durch Bäder beilegte. Auch bei den Völkern des Islam war das Bad vollständig in die Lebensgewohnheiten mit aufgenommen, und es entstanden schon im Altertume in fast allen Orten des Orients nicht allein Hausbäder für die rauhere Jahreszeit, sondern auch sogenannte Volksbadehäuser für die Bedürfnisse der ärmeren Klasse. Durch die Kreuzzüge wurden die Sitten der Morgenländer auch im