

# MONIN

LE  
NE  
E  
G  
I

LA  
E  
O

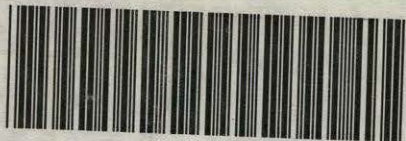
A  
E  
E  
E  
E

RA777

.8

M64

1905



1020058019

CAPILLA ALFONSO

HIGIENE DE LA BELLEZA

CAPILLA ALFONSO

200

DR. E. MONIN

# HIGIENE DE LA BELLEZA

TRADUCIDA DE LA 11.<sup>a</sup> EDICION FRANCESA

POR

D. CARLOS SOLER AULET

DOCTOR GRADUADO EN MEDICINA

*«Dieu daigna tout nous dire en nous  
disant d'aimer.»*

VOLTAIRE



MADRID

P. ORRIER, EDITOR

Plaza de la Lealtad, núm. 2.

1905

Madrid, Imprenta de Anto-  
nio Marzo, San Hermenegildo.  
32 duplicado. Teléfono 1.977.

OTECÁ UNIVERSITARIA  
ALFONSO REYES

06250

CAPILLA ALFONSO REYES

RD777.8

M64  
1905



ACERVO GENERAL

122436

Es propiedad del editor.  
Queda hecho el depósito que  
marca la ley.



## ANTEPRÓLOGO DEL EDITOR

*Este manual se divide en dos partes bien diferentes:*

*Comprende la primera, generalidades sobre la «Belleza y su higiene»; la segunda, los detalles más prácticos del arte de la Cosmética. La primera luce la atractiva vestimenta de la vulgarización. La segunda, de alcances más técnicos, no puede despojarse, en absoluto, de la inseparable aridez de todo formulario.*

*El público ilustrado é inteligente, ha hecho á las diferentes ediciones francesas de esta obra, una acogida simpática y el autor ha tomado á porfía mejorar sin cesar, en el sentido más práctico, las distintas partes de esta obra de gran éxito, traducida, anotada, imitada y (debemos decirlo) plagiada por todos lados: lo que constituye la prueba más incontestable de los buenos servicios que ha prestado á la eterna causa de la higiene somática.*

*La versión española que ofrecemos al público, traducida de la 11.<sup>a</sup> edición francesa, con las numerosas ediciones que contiene, ha de merecer seguramente (creemos) los elogios que la prensa de ambos mundos ha concedido liberalmente á sus propietarios. Léase, especialmente, el juicio del Dr. Lewinson, autor de la traducción rusa (San Petersburgo, Savorine, 1887):*

«Esta obra presenta grandes ventajas sobre sus tratados similares. El autor que es, ante todo, un sabio, se coloca en el terreno científico. Pero su lenguaje literario impresiona, principalmente, por la completa ausencia de esa estricta pedantería que constituye el fondo común de la filosofía corriente.»

*Léase también este otro extracto, tomado del prefacio de la traducción inglesa del profesor Jam. Carwell (1892, Bailliére, Tyndall and C.<sup>o</sup>, London):*

«El Dr. Monin ha adquirido, en París, una reputación bien merecida, como especialista en todo lo que á la higiene del cutis y á la salud de la piel se refiere. El autor tiene, además, el don de hacer accesible este arte y su comprensión; su talento, desde este punto de vista, no tiene igual...»

CAPILLA ALFONSO

Los magníficos preceptos, las excelentes fórmulas, los mil detalles que de higiene del pelo, de los dientes, del cutis, etc., encuéntranse en la obra, la hacen acreedora á ser leída por todos los que deban corregir esos defectos naturales que afean y causan la eterna tristeza de nuestras compañeras.

Y éstas, desde un punto de vista práctico, de aplicación inocua é inmediata, hallarán en este libro multitud de recetas, sancionadas por la práctica y por la ciencia del Dr Monin, muchos años consagrado á estos estudios.

Así, la *Higiene de la belleza*, verdadero *vademécum* del sexo bello, contiene excelentes preceptos, tratados de una manera elegante y sencilla. Creo que este libro llena un vacío en nuestra literatura higiénica.»

*El editor.*



## CARTA-PRÓLOGO

DE LA PRIMERA EDICIÓN (1886)

*Mi querido Doctor:*

*Enseñar á las mujeres hermosas el arte de conservar su belleza mucho tiempo y el arte de llegar á poseerla á las que de ella carecen, no diréis que es una misión frívola. Si es cierto que, como supongo después de leídas sus pruebas, ha indicado usted en este libro, obra de sabio y de artista, algunos medios seguros para conservar los encantos feme-*



*niños ó crear la ilusión de que se poseen, habrá usted hecho á la humanidad un servicio incomparable; porque, ¿no es cierto que tenemos una alegría perfecta, un encanto sin igual, en la contemplación de un hermoso rostro sonriente? ¡Y no sólo ha contribuído usted á hacer de esta tierra un paraíso, sino que ha preparado usted un aumento de esplendor y de éxtasis al Paraíso mismo! Esto tal vez le parezca dudoso y obscuro, si no refiriese á usted un sueño que he tenido y que puede constituir un cuento con este título:*

### La virtud suprema.

*Sí, he tenido un sueño encantador. Estaba en el Paraíso. Veía, de dos en fila, á las once mil vírgenes, que se paseaban por esa alameda que llamamos la Vía láctea. Era como el paso de un colegio*

*interminable de ángeles. De vez en cuando se detenían para coger flores de luz, con las que hacían ramos ó que deshojaban, rayo por rayo como los niños de aquí abajo deshojan las margaritas; y sus conversaciones en voz baja, mezcladas con sonrisas, parecían el gorjeo de un millón de pajaritos. Y cuando hube andado detrás de ellas durante muchos años—porque el Paraíso es una mansión muy extensa que no se visita en unas cuantas horas—¡me encontraba en un sitio tan delicioso, que tenía mi alma loca y mis ojos deslumbrados! No, las más hermosas auroras de nuestros cielos de abajo, nuestros plenos mediodías con blancuras de altos hornos, el incendio de los ponientes en el mar, no podrían dar una idea de esta claridad dulce y terrible á la vez, que atravesaban las silenciosas bandadas de serafines, aún más luminosas que el mismo sol. Y esta*

*claridad infinita, inmensa expansión del relámpago, difundida en una dulzura de alborada, era la alegría, el amor y la vida. En cada resplandor brillaba una virtud, en cada llama se encendía un entusiasmo. Me sentía como iluminado de candor y caridad, de pasión y de éxtasis. ¡El sol de este inefable cielo, debe ser un corazón, un corazón desmesurado que se difunde é irradia inagotablemente!*

*Mis miradas, sin embargo, se acostumbraron poco á poco á tantos esplendores; entonces distinguí entre Él, mezclados con Él, los Elegidos y las Elegidas; y esto fué un espectáculo deliciosísimo. Sobre gradierías de diáfano alabastro, tan blanco como la nieve hecha con luz congelada, estaban todos sentados, vestidos de púrpura ó de jacinto, y en sus ojos elevados hacia aquella visión tan prodigiosa, que no veía, en la inmutable sonrisa de sus*

*bocas y en la adoración que revelaban sus brazos extendidos, había la indecible delicia de las voluptuosidades más completas.*

*Me acerqué á una Elegida y me hincé de rodillas, contemplándola. Arrodillados como yo, ante ella, unos querubines movían incensarios de plata y cantaban sus alabanzas. Ella escuchaba. Estaba pensativa y como encantada.*

*¡Oh, bienaventurada!, le dije, me parece que al veros, algo de vuestra felicidad me envuelve y en mí penetra. Si alguna vez os permitis distraeros de vuestra eterna beatitud, habládme, os lo ruego. A este pobre que de la tierra viene y que á ella debe volver, que está condenado á errar, tal vez mucho tiempo, por la selva de las pruebas y de las tentaciones, decidle, ¿por qué virtud ó por qué penitencia habéis merecido un sitio en el divino corazón de*

las almas y habéis merecido ser alabada por esos querubines con incensarios de plata?

Ella bajó sus pupilas, que se obscurecieron un instante por haberme mirado, y, con voz tan parecida á un canto, que yo creí que un ruiseñor hablaba:

—Yo era piadosa—me dijo—. Dejé el mundo para encerrarme en un convento: aunque la regla fuese austera, la encontraba aún muy dulce; me complacía en las maceraciones, en los ayunos, en los cilicios; pasaba todos mis días rezando, todas mis noches, en oración. No sabía que existieran en la tierra jóvenes que van á los jardines con sus prometidos, ni madres jóvenes que juegan con sus pequeños. Yo daba mis besos sólo á las reliquias. Y cuando sonaba, antes del crepúsculo matutino, la campana que despierta á las esposas del Señor, no me do-

lía de la acción de las losas de la capilla, muy frías bajo mis pies descalzos.

Me acerqué á otra Elegida, que parecía todavía más feliz que aquella á quien había hablado. ¡Era tan radiante, que el día paradisiaco, á pesar de su esplendor, se iluminaba con ella! Mezclados con los querubines, principados y dominaciones (1) cantaban sus alabanzas, moviendo incensarios de oro. Ella escuchaba. Estaba pensativa y radiante.

Me arrodillé temblando.

¡Oh, santa adorable!, le dije. Emanas tanta luz y tanto fuego de vos, que mi alma se conmueve y se azora y se retuerce, como una hoja seca en una gran hoguera. Si alguna vez os dignáis salir de vuestra infinita alegría, habládme, por favor, ¡ah! por favor contestad. Soy uno de los tristes habitantes de la tierra, donde

(1) Angeles del primer orden de la segunda jerarquía celeste.

*son tan frecuentes los dolores y donde son tan raras las alegrías. A este pobre que ha llorado mucho y que casi no ha sonreído, que arrastrará todavía muchos días en la sombra y en la aflicción del bajo mundo, decide, ¿qué méritos os han servido para vestir tal brillo, para conocer tales alegrías, y para ser alabada por los querubines y los principados que agitan incensarios de oro?*

*Inclinó su cabeza radiante, y con voz parecida al suspiro de arpa celestial, que un ala rozase al pasar, me dijo:*

*—Era caritativa. No imitaba á aquellas que en la alegría de las fiestas olvidan á los pobres y á los desesperados; no me limitaba á la oración inactiva, á las vanas maceraciones. Visitaba á los pobres; no tenía nada que de ellos no fuese. Me conocían en las guardillas, donde se llora, y cesaba el llanto cuando yo llega-*

*ba. Sentada, durante la noche, en tristes viviendas, cantaba á las cunas de los huérfanos; consolaba á las viudas, daba á los viejos que se habían quedado solos, la ilusión de sus niños desaparecidos. A la mañana siguiente de mi muerte, no se encontró en mi armario sábana en que amortajarme, porque había roto todas las telas, para hacer camisas á los pobres mendigos de la calle.*

*Después de oír esto, pensaba yo, ¡cuán razonable es recomendar á las almas la oración y la caridad, ya que tales felicidades y tales glorias, constituyen el premio! Al mismo tiempo, no pude evitar la sensación de una tristeza muy grande y un movimiento de compasión hacia tantas jóvenes de la tierra, que teniendo otras ocupaciones y otros cuidados, sólo rezan rara vez y compran joyas y flores con el dinero que en limosnas pudieran muy bien*

emplear. «¡Pues qué! pensaba, ¿no se sentarán un día, vestidas de jacinto ó de púrpura, en las gradas de diáfano alabastro?» Pero vi entonces, un poco más lejos, una Elegida tan resplandeciente y que parecía sumergida en un éxtasis tan delicioso que no tenía comparación con el de las dos anteriores; se diferenciaba del de sus vecinas, tanto, como el de éstas difería del de las muchachas de la tierra; no la veía sino al través de un deslumbramiento que me quemaba los ojos. Los lenguajes humanos no tienen palabras para expresar su brillo milagroso. Era como un montón de flores y de nieves ardiendo. Y no eran sólo querubines, con principados y dominaciones, los que cantaban sus alabanzas; eran todos los espíritus de los nueve coros y de las tres jerarquias, los que se arrodillaban ante ella, moviendo incensarios de diamante.

Me postré, cerrando los ojos.

—¡Oh, la más maravillosa, la más feliz de las Elegidas! balbuceé. Para merecer, ciertamente, esplendor tan sobrehumano, beatitud tan divina, habréis practicado las virtudes más sublimes. También habréis orado; pero con un fervor desconocido de todas las hijas de los hombres; también habréis dado limosna, también la habréis dado, pero con tal furor de caridad, con un olvido tan completo de vos misma, que tal vez os hayáis dejado morir de hambre al lado del pan reservado á los vagabundos de los caminos. ¡Oh, muy piadosa! ¡Oh, muy misericordiosa! ¡Rogad por mí, gran santa!

Ella me miró. Sus ojos eran tan espléndidamente luminosos que mi misma obscuridad no pudo proyectar un viso de sombra.

—No—dijo—yo no rezaba y si me le-

CAPILLA ALFONSO

*vantaba pronto, ó si me acostaba tarde, no era para llevar limosna á las guardillas.*

*Estaba lleno de admiración y pregunté:*

*—¿Cuál es, pues, el mérito, incomparable bienaventurada, que os ha permitido obtener una gloria tan alta? ¿Qué habéis hecho? ¿Quién erais vos, que poseéis sobre las otras, los paradisiacos arrobamientos, vos á quien adora y alaba, antes que á las demás, la milicia celeste y á quien el Señor ha juzgado digna de tal recompensa? ¿Cuál fué, hablad, vuestra virtud?*

*—Yo era hermosa—me dijo.*

*Tal fué mi sueño, querido Doctor, y si no ha mentido, las mujeres, para obtener su salvación eterna, no tendrán más que leer el libro de usted ¡qué llenará de incomparables Elegidas la eternidad de los cielos!*

*Siempre suyo*

*Catulle Mendes.*



## PRIMERA PARTE

### HIGIENE DE LA BELLEZA

#### CAPÍTULO PRIMERO

##### ¿QUÉ ES LA BELLEZA?

**Q**ué es la belleza? Me permitiréis, si os parece bien, que, como hacía Aristóteles, dirija esa pregunta á los ciegos. La palabra *belleza* se aplica, casi en exclusivo, á la mujer. Es cierto que el sexo feo tiene, hasta cierto punto, el derecho de utilizar los preceptos y consejos que se dan al bello sexo, para conservar ó mejorar su belleza. Pero el hombre puede ser feo y hasta puede abusar del permiso que posee (1). Por el contrario, la mujer,

(1) Un hombre que tiene mérito y talento no es nunca feo (La Bruyère).