

**Zeitschrift:** Gesundheitsnachrichten / A. Vogel  
**Herausgeber:** A. Vogel  
**Band:** 47 (1990)  
**Heft:** 8

## Inhaltsverzeichnis

### 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:** 04.02.2026

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

# GESUNDHEITS MONATSSCHRIFT FÜR NACHRICHTEN NATURHEILKUNDE

ERNAHRUNG • KÖRPERPFLEGE • ERZIEHUNG

August 1990

47. Jahrgang

Redaktion und Verlag: A. Vogel und Frl. R. Vogel, 9053 Teufen (Schweiz), Telefon 071 33 10 23  
Druck, Versand und Administration: Schoch & Co. AG, 3072 Ostermundigen, Telefon 031 51 17 75

Schweiz:	A. Vogel, Verlag der «Gesundheits-Nachrichten» Postcheck-Konto St. Gallen 90-10775-6	Jahresabonnement: Fr. 15.—
Deutschland:	A. Vogel, Verlag der «Gesundheits-Nachrichten» 7750 Konstanz, Postfach 101003; Postcheck-Konto Karlsruhe 70082-756	DM 18.—
Österreich:	M. Werner, Buchversand A. Vogel, Postcheck 0981-35718/01	S 130.—
	Übriges Ausland: Fr. 18.—	

## INHALT

1. Paradiesische Werte.....	113
2. Die Paradieshütte, umgeben von Naturwundern.....	114
3. Melanom – der schwarze Krebs .....	115
4. Süssspeisen: Nicht nur das Wie, auch das Wann ist entscheidend .....	118
5. Jahrtausende alt – und kein bisschen müde .....	120
6. Das Lebenselixier Sauerstoff .....	122
7. Wiederholung der Fernsehreihe «Naturgesund».....	125
8. Erfahrungen aus dem Leserkreis .....	125

## PARADIESISCHE WERTE

Wenn die Menschen etwas paradiesisch nennen,  
Ist es, weil sie nach dem Paradiese Ausschau halten?  
Ist es, weil sie würden sehnsgesuchtvoll erkennen,  
Dass ihr Leben anders, besser sollte sich gestalten?

Vielleicht ist es nur der Ort, den sie so ehren,  
Weil er ihrem Herzen über alles wert und teuer?  
Möchten sie entfliehn dem Druck von allem Schweren,  
Der verzehrend wirkt, so wie ein glühend helles Feuer?

Doch Sie tragen ihre unvollkommenen Herzen  
Leider auch an jene paradiesegleichen Orte,  
Und sie bringen daher Kummer, Leid und Schmerzen  
Und noch andres mehr bis hin zu der ersehnten Pforte.

Wenn sie nach dem Frieden sich nicht wirklich sehnen,  
Sich nicht mühen um des Lebens wundervollste Gabe,  
Werden sie nicht Streit noch Hader mit den Tränen  
Jemals endlich tragen können hin zu deren Grabe.

Da jedoch im Paradies nicht sollte weilen  
Irgend etwas Böses, auch nicht lauernd das Verkehrte,  
Wird ein jeder ernstlich müssen sich beeilen,  
Hinzutragen nur erfreulich echte Lebenswerte! -

S. V.

Umschlagbild: Komm mit zur Paradieshütte!

Originalaufnahme von Ruth Vogel