

Inhalt

Vorwort	7
Lebensgeschichte	9
Lebensphilosophie	53
Gedichte aus Maria Trebens Feder	64
Tips zur Vorbeugung von Krankheiten	82
Heilkräuter und Hausmittel	87
Tips zur Körperpflege	99
So ernährte Maria Treben ihre Familie	106
Vortrag in St. Gallen	134
Dank – Zuspruch – Trost	164