

campus

WILHELM SCHMID-BODE

Maß  
und •  
Zeit

Entdecken Sie die neue Kraft  
der klösterlichen Werte und Rituale



*Maß und Zeit*

Dr. med. *Wilhelm Schmid-Bode* ist Facharzt für psychosomatische Medizin und Psychotherapie, Experte für Stressforschung und Traditionelle Chinesische Medizin in München. Er gibt Seminare zu Selbstmanagement und Stressbewältigung und veröffentlichte bereits mehrere Lebenshilfe-Bücher.

Wilhelm Schmid-Bode

# *Maß und Zeit*

*Entdecken Sie die neue Kraft  
der klösterlichen Werte  
und Rituale*

Campus Verlag  
Frankfurt / New York

© Campus Verlag GmbH

Bibliografische Information der Deutschen Nationalbibliothek.  
Die Deutsche Nationalbibliothek verzeichnet diese Publikation in der  
Deutschen Nationalbibliografie. Detaillierte bibliografische Daten  
sind im Internet unter <http://dnb.d-nb.de> abrufbar.  
ISBN 978-3-593-38506-8

Das Werk einschließlich aller seiner Teile ist urheberrechtlich geschützt.  
Jede Verwertung ist ohne Zustimmung des Verlags unzulässig. Das gilt  
insbesondere für Vervielfältigungen, Übersetzungen, Mikroverfilmungen  
und die Einspeicherung und Verarbeitung in elektronischen Systemen.  
Copyright © 2008 Campus Verlag GmbH, Frankfurt am Main  
Umschlaggestaltung: R.M.E, Eschlbeck und Rosemarie Kreuzer  
Umschlagmotiv: © Corbis, Düsseldorf  
Satz: Campus Verlag, Frankfurt am Main  
Druck und Bindung: Freiburger Graphische Betriebe  
Gedruckt auf säurefreiem und chlorfrei gebleichtem Papier.  
Printed in Germany

Besuchen Sie uns im Internet: [www.campus.de](http://www.campus.de)