



Peter Riedl

Universitätsprofessor, Meditationslehrer, Autor

Pressemitteilung, Wien 8. November 2024

„Möge die Übung gelingen“

Ein Buch von Peter Riedl als inspirierendes Weihnachtsgeschenk - Ein Geschenk das bleibt!



Wien, November 2024 – In einer Welt voller Hektik und Stress sehnen sich viele Menschen nach einem Moment der Ruhe und inneren Balance. Peter Riedl, renommierter Meditationslehrer und Autor, lädt mit seinen Büchern zu einer Reise der Achtsamkeit und Selbstreflexion ein – eine wohltuende Alternative für die Weihnachtszeit, die Lesern einen Weg zur inneren Gelassenheit und zu einem achtsamen Umgang mit sich selbst und anderen eröffnet.

Im Buch „Möge die Übung gelingen – Eine buddhistische Praxis“ beschreibt Peter Riedl einen Weg zu mehr Freude, Ruhe und Gelassenheit. Mit den sieben buddhistischen Erleuchtungsgliedern führt er die Leser auf verständliche und inspirierende Weise an das Thema heran und vermittelt praxisnahe Anleitungen für eine nachhaltige Meditationspraxis. Die Übungen, die Riedl in seinem Werk vermittelt, sind auf den modernen Alltag zugeschnitten und unterstützen dabei, persönliche Herausforderungen besser zu meistern und mehr innere Ausgeglichenheit zu erreichen. Gerade in der stressreichen Weihnachtszeit bietet dieses Buch einen erfrischenden Weg zur Achtsamkeit und Selbstakzeptanz.



Peter Riedl

Universitätsprofessor, Meditationslehrer, Autor

Ein Geschenk, das bleibt

Ob als Buch oder Hörbuch – Riedls Werke sind wertvolle Geschenke für alle, die nach einem erfüllteren und friedlicheren Leben streben. Diese Weihnachtszeit ist die perfekte Gelegenheit, Lesern das Geschenk der Achtsamkeit nahezubringen und sie auf eine transformative Reise mitzunehmen.

Buch oder E-Book, 144 Seiten, 14,00 €
ISBN: 978-3-200-04483-8

Hörbuch, 184 Minuten, 9,90 €
ISBN: 978-3-9504267-1-7

Bestellbar im Webshop: <https://www.peterriedl.at/shop/>

Über den Autor - Ein erfahrener Begleiter auf dem Weg zur Achtsamkeit



Peter Riedl ist ein Pionier der Achtsamkeitsbewegung im deutschsprachigen Raum und widmet sein Leben der Vermittlung buddhistischer Weisheiten und Achtsamkeitspraxis in einer Weise, die modernen Lebensanforderungen gerecht wird. Mit seiner langjährigen Erfahrung als Herausgeber der buddhistischen Zeitschrift „Ursache & Wirkung“, die er von 1991 bis 2019 leitete, sowie als Autor zahlreicher Bücher, ist Riedl ein gefragter Experte und Lehrer. Seine tiefgründige und gleichzeitig zugängliche Herangehensweise hat unzähligen Menschen den Weg zur inneren Gelassenheit eröffnet und ihnen geholfen, in einer hektischen Welt das Wesentliche wiederzuentdecken. Mit seiner Ausbildungsreihe „W.I.S.D.O.M – Wiener Schule der offenen Meditation, die er 2005 gründete, bietet Riedl eine praxisorientierte Schulung in Achtsamkeit und Meditation an, die alle Aspekte des Lebens berücksichtigt. Besuchen Sie seine

Website unter www.peterriedl.at für mehr Details zu seinen Werken und Projekten.

Wir senden Ihnen gerne ein Hardcover Exemplar zum Kennenlernen zu. Wenn Sie Bücher für eine Verlosung an Ihre Leserinnen und Leser wünschen, kontaktieren Sie mich unter presse@pr360solutions.at oder telefonisch unter +43 6644110176.

Pressekontakt:

Angelique Sturmlechner

PR360 Solutions

presse@pr360solutions.at

+43 664 4110176