Die Übungen können helfen eine Atmosphäre der Sammlung, Ruhe, Konzentration und innerer Balance zu ermöglichen.

Eine Zusammenstellung von diesbezüglichen Anregungen und Materialien finden Sie auf den Seiten von rpi-virtuell (Die überkonfessionelle Plattform für Religionspädagogik und Religionsunterricht) unter dem folgenden Link:

<http://www.rpi-virtuell.net/material/search/query/tag:%22Stille%C3%BCbung%22#0>



**Bild:** Moni Mckein, Pixabay, <https://pixabay.com/de/auto-coaching-spirituelle-mount-1967698/>