



Nr. 54

Gezond denken over bewegen
Een verrassende kijk op onze spieren
L.F.C. Mees

Iedereen weet wel dat zenuwen en spieren een belangrijke rol vervullen in ons lichaam en onontbeerlijk zijn bij het bewegen. De meeste mensen vinden het ook een

vanzelfsprekend idee dat wij onze spieren in onze macht hebben. Toch haalt Rudolf Steiner deze vanzelfsprekendheid onderuit, door te stellen dat motorische zenuwen eigenlijk niet bestaan. Motorische zenuwen zijn volgens hem ook sensibele zenuwen. Wat is precies het verschil hiertussen?

Leen Mees, de inmiddels overleden antroposofische arts, ging op zoek naar de werkelijkheid achter deze woorden en in deze brochure neemt hij ons op een lichte, toegankelijke manier mee in zijn onderzoek hiernaar en komt tot verrassende conclusies.