



Nr. 57

Warmte is van levensbelang

Jan J.C. Saal

Als we het maar niet te warm of te koud hebben, dan zijn we niet geneigd om veel over warmte na te denken. Maar een warme lentedag brengt meestal veel vreugde en een warme omhelzing is toch wel heel fijn.

Van Rudolf Steiner kunnen we leren dat warmte het medium is waarmee de geest kan toetreden in ons aardse bestaan. Dan kan het ineens interessant worden welke rol de warmte eigenlijk in ons leven vervult en dat het belangrijk is om daar goed mee om te gaan. Een gezonde verhouding met warmte en kou kan veel voor onze gezondheid betekenen.