

de bewuste beweging

= de beweging waarover je nadenkt



Als ik mijn jas van de kapstok pak, is dat een bewuste beweging.

de reflex

= de beweging die je maakt zonder erbij na te denken



Als ik iets op mijn hoofd leg en wil gaan lopen, verstijf ik. Dit gaat vanzelf. Het is een reflex.