يلفت الكاتب الانتباه إلى أهمية الحركة الدائمة في الكون، مُقارناً ذلك بسكون الإنسان الذي يُعتبر مرضاً. فالحركة ضرورية للحياة، سواءً في التفكير أو العضلات أو القلب، حتى الماء الراكد يفسد. رغم حب الراحة، إلا أن التوقف مُضر، بينما الحركة تُحسّن الصحة وتُعدّ بركة وعلاجاً. يُناقض الكاتب اختراع وسائل الراحة التي زادت الأمراض، بأوامر الدين بالصلاة وقراءة القرآن والعلم، مؤكداً أن حتى الحروف في التجويد ليست ساكنة تماماً.

Summarized by © lakhasly.com