



نصائح رمضانية

صوم رمضان خير للمؤمن في الدنيا والآخرة

صوم رمضان خير للإنسان في دنياه وآخرته؛ فلهصائم قرحتان: فرحة عند إفطاره، وفرحة عند لقاء ربه، وفي كل مكسب: فيجانب كسب رضا الله - سبحانه وتعالى - ما يناله من ثواب الآخرة، فهناك التسبب الصحي الذي يناله المسلم من صوم شهر كامل، فيخرج الإنسان الصائم من شهر رمضان سليم النفس، قوي الإرادة، عطوفا؛ حيث تترتب داخل نفسه سمة العطف على الناس والمحروم، وفي تحكّمه في نفسه الآثار الباسقة والبعد بها عن الذات والشهوات كل الكسب، فتتسامى النفس عن الرذائل والخبايا، ويشعر الإنسان بتقلبه على نفسه وفهره إيجابا، فتقوى شخصيته، ويصبح ذا نفع للمجتمع.

وفي الصيام يحفظ الإنسان لسانه وجوارحه عن المخالفات والشائعات ونحوها، ويعودها على ذلك. عن أبي هريرة (رضي الله عنه) قال: قال رسول الله (صلى الله عليه وسلم): «إذا كان يوم صوم أحدكم فلا يرفث (يفحش في القول)، ولا يصخب (لا يرفع صوته) فإن سابه أحد أو قاتله فليقلل إني صائم» (متفق عليه). ويجب على المسلم القوي أن يحرص على دوام كسبه الصحي من صوم شهر رمضان؛ ففي حرمه خير برهان على إيمانه بأن كل ما فرضه الله تعالى عبثا خير، وفي طاعته - سبحانه وتعالى - كل الخير؛ ففي صوم رمضان كسب لطاعة الله، وكسب لصحة الإنسان فما من فرض فرضه الله علينا إلا وفي أدائه مكسبان؛ مكسب في الآخرة وفي هذا خير الثواب، ومكسب الدنيا، وإنّي لأرى أن كل فرض من فروض الله علينا لا يكون من مكسب يعم علينا في دنياه، ومن هذه الفروض صوم شهر رمضان، وذلك الصوم الذي يتعم على كل فرد منا - المريض قبل السليم - بالكسب الصحي، الذي لو حرص عليه الإنسان لأزاد تمتعه بدينه قبل آخرته، وأزاد تقربه له تعالى. فالإنسان القوي النية والصحة هو المؤمن القادر على أداء فرائض الله تعالى من صلاة وصيام، وبذلك نرى أن في الصوم كل الخير؛ ففي صيام المؤمن لشهر رمضان طاعة لله سبحانه وتعالى، وكسب لبدنه وصحته، وكسب للمريض والسليم.

ففي رمضان يخف الإفراط في الطعام فترتاح القلب؛ لأن الصيام يعمل على تخفيض ضغط الدم المرتفع، وتخليص الجسم من الشحوم المترسكة، وتقليل كولسترول الدم. وفي كل هذا كسب للقلب المريض؛ فما بالك من تأثير ذلك على القلب السليم؛ ولو التزمنا جميعا، ومريض القلب خاصة، بروح شهر رمضان، وتجنبنا الإفراط في الطعام، كما التزمنا في شهر رمضان؛ لتحسن صحة مريض القلب، واستغنى تماما عن الدواء، وجنبنا القلب السليم عناء التخمّة والإفراط في الطعام، وما لها من أثر سيئ على القلب السليم قبل المريض.

فالصيام ينقّص الوزن فيحسن مريض الروماتيزم، خصوصا مريض الروماتيزم المفصلي العظمي؛ حيث تلعب زيادة وزن الجسم دورا رئيسيا في حدوثه، وما يحدث في شهر رمضان من نقص في الوزن يعني لإحداث تحسن في حالة المفصل؛ حيث يقل الاحتكاك بين الغضاريف فقل التهاب؛ ولذلك نلاحظ أن حالة مريض الأمراض الروماتيزمية التي تصاحب مريض السكر تحسن كثيرا في رمضان بفضل الالتزام بتنظيف الأكل في هذا الشهر، ولو التزم هؤلاء المرضى بدورهم شهر رمضان طيلة شهر السنة لقلت شكاوهم، ولقت حاجتهم للدواء، بجانب أن حالة مفاصلهم تحسن فعلا.

والصوم يحدث تحسنا ملحوظا في مريض الصدر، خاصة مريض ربو الصدر، ولو التزم بروح شهر رمضان وتجنب الإفراط في طعامه وإملاء معدته لحال ذلك دون ارتفاع الحجاب الحاجز الذي يحدث ضيقا في الحيز الصدري.



يلتقي ربه» متفق عليه، هذا بالإضافة لملائمة القلب لقلبه تعالى «لا يذكر الله تملنن القلوب»، وذلك لما يصاحب الصوم من الانتقام في ذكر الله بصورة أكبر للصائم، والحرص على أداء الصلوات في أوقاتها بخشوع أكثر، وعلى أداء النوازل بانتظام أفضل، وكذلك الحرص على الكثير من العبادات والطاعات التي تقربنا إلى الله، مما يجعلنا أحرارا لا ينزل الله سكينته ومغفرته ورحمته علينا، فنفسو نفوسنا وتملنن قلوبنا وتتصلع أحوالنا. وينعكس هذا الصفاء النفسي، والاطمئنان القلبي بالتحسن الملحوظ على الكثير من الأمراض التي يكون للحالة النفسية والعصبية دور في حدوثها أو تشخيصها أو إظهارها، بل ينعكس الصيام ككل أيضا بتحسّن واضح على كثير من الأمراض الأخرى.

لأشخاص الأصحاء يعمل على تحريك وتحليل وحرق الدهن في الأنسجة الشحمية بعد استهلاك الجهاز العضلي للغلوكون القادم من الكبد وذلك للحصول على الطاقة مما يزيد من كفاءة ونشاط عمل الكبد، والعصلات ويخلص الجسم من الشحوم والسوم وهذا ما يسمى بعملية الهدم، بعكس السكون والراحة والنوم والكسل أثناء الصيام وتكون هذه الفوائد المريح والملمنن للحالة النفسية والعصبية، والمضاد للاكتئاب والجزن، فالصوم يدخل البهجة والسرور على الصائم قال صلى الله عليه وسلم: يقول الله عز وجل: «لصائم فرحتان فرحة حين يفطر وفرحة حين

الجمسانية والعقلية والروحية والمالية والصيام بلا شك له فوائد وفائدة وعلاجية شافية لدرجة أن بعض الأطباء - حتى من غير المسلمين - يصفونه كوسيلة علاجية لبعض الأمراض، فقد أثبتت أحدث الدراسات في الغرب أن صيام شهر في السنة يجدد خلايا الجسم، وصيام ثلاثة أيام في الشهر يطهر الجسم من السموم والأدران التي هي مصدر الأمراض وسبب العلل للأبدان، فالاستماع عن الطعام والشرب لمدة قد تزيد عن أربعة عشرة ساعة ثم يتبعها بضع ساعات الأكل والشرب هو نظام مثالي للجسم لتنشيط عملية الهدم التي يقوم فيها الجسم في فترة الصيام باستهلاك وتدمير الخلايا القديمة الهرمة والبريضة في الأغصان المختلفة والبناء، وقد ثبت علميا أيضا أن النشاط والعمل والحركة العضلية أثناء الصيام

يقول «توم برنر» من مدرسة كولومبيا للصحافة: «إنني أعتبر الصوم تجربة روحية عميقة أكثر منها جسدية، فعلى الرغم من أنني بدأت الصوم بهدف تخليص جسدي من الوزن الزائد إلا أنني أدركت أن الصوم نافع جدا لتوفه الذهن، فهو يساعد على الرؤية بوضوح أكبر، وكذلك على استنباط الأفكار الجديدة وتركيز المشاعر، فلم تكن تمضي عدة أيام من صيامي في منتجع «بولنغ» الصحي حتى شعرت أنني أمر بتجربة سمو روحي هائلة» لقد صمت إلى الآن مرات عديدة، لفترات تتراوح بين يوم واحد وستة أيام، وكان الدافع في البداية هو الرغبة في تطهير جسدي من آثار الطعام، غير أنني أصوم الآن رغبة في تطهير نفسي من كل ما علق بها خلال حياتي، وخاصة بعد أن طفت حول العالم لعدة شهور، ورأيت الظلم الرهيب الذي يحيا فيه كثيرون من البشر، إنني أشعر بأنني مسؤول بشكل أو بآخر عما يحدث لهؤلاء ولذا فأنا أصوم تكفيرا عن هذا.

«إنني عندما أصوم يخفني شوقي تماما إلى الطعام، ويشعر جسدي براحة كبيرة، وأشعر بانصراف ذاتي عن التزوات والعواطف السلبية كالخسد والغيرة وحسب التسلسل، كما تتصرف نفسي عن أمور علفت بها مثل الخوف والارتباك والشعور بالملل، كل هذا لا أجد له الرام مع الصيام، إنني أشعر بتجاوب رائع مع سائر الناس أثناء الصيام، ولعل كل ما قلته هو السبب الذي جعل المسلمين وكما رأيتهم في تركيا وسورية والقدس يحتفلون بمصامهم لمدة شهر في السنة احتفالا جديا وروحانيا لم أجد له مثيلا في أي مكان آخر في العالم».

من يرغب في ثمرة الصيام فعليه بتطبيق السنة النبوية المطهرة

ولكن يؤتي الصيام ثمارا المرجوة وفوائده المتظرفة التي تعلمها والتي لا نعلمها، فعلينا مراعاة اتباع سنة نبينا المصطفى صلى الله عليه وسلم فلهذا الخير كله والبعد عن الشر كله - ولا شك ولا ريب في ذلك سواء علمنا تفاصيل ذلك أم لم نعلمه - وفيها هناونا وسعادتنا وسلامة أبداننا وأشراح صدورنا ومنتهى صلاحنا. وغاية سلامتنا ونشاطنا عافيتنا، وراحة نفوسنا وزهابة ضمنا وغفنا، بالإضافة إلى حسن ماينا بإذن الله، ومن سنة نبينا محمد صلى الله عليه وسلم: السجود: لقول النبي صلى الله عليه وسلم «تسجروا فإن في السجود بركة، متلف عليه، «والبركة هنا تشمل كل الفوائد المعلومة وغير المعلومة».

وتأخيرها إلى قرب الفجر أفضل فعن زيد بن ثابت رضي الله عنه قال: تسجرونا مع رسول الله صلى الله عليه وسلم ثم قام إلى الصلاة، قلت أنس: كم كان بين الأذان والسجود قال: قدر خمسين آية» متفق عليه. تسجروا الفجر: لقوله صلى الله عليه وسلم: «لا يزال الناس بخير ما عجلوا الفجر» متفق عليه والمستحب أن يكون الإفطار قبل الصلاة على الرطب ولا فائتمز ولا فائما.

لنن أنس رضي الله عنه قال: كان النبي صلى الله عليه وسلم يفطر على رطبات قبل أن يصلي فإن لم تكن رطبات فتمرات فإن لم تكن تمرات حسا حسوات من ماء» أخرجه الترمذي بسند حسن.

عدم الإسراف أو التثيز في الطعام والشراب؛ ولا ضاعت على الصائم الكثير من الفوائد الصحية

انطلاقة الإيمان في موسم الخيرات

عمل الخير، وخير العمل، وكثيرا ما سمعناهم يقولون في خطبهم ودرسهم: من كان يعبد رمضان فإن رمضان قد مات، ومن كان يعبد الله فإن الله حي لا يموت. جسس القوم قوم لا يعرفون الله إلا في رمضان، كن ربانيا، ولا تكن رمضانيا! وإنك لتعجب من تأثير هذا الشهر في الناس الذين انتقع حبل الصلة بينهم وبين الله ربهم وأحلقهم ورائتهم؛ فإذا هم يعودون إلى الله في رمضان، ويعرفون المسجد، وتلاوة القرآن، ويعرضهم يصوم هذا الشهر إن لم يزالوا الصلاة.

ولكن.. كيف نستقبله؟

وإنك لتري أثر ذلك في أجهزة الإعلام؛ فتراها في هذا الشهر العظيم تستحي من تقديم ما لا تستحي منه في سائر الشهور، من أغاني وأفلام وتلفيليات ومسلسلات ومسرحيات، بل تعد لهذا الشهر برامج خاصة، تغذي الروح، وتنشي الإيمان، وتعلي القيم، وتزكي الأنفس، وتطارد الفحشاء والمنكر والبغي، لولا ما يشوبها في بعض الأفلام من بدعة راجت سوقها، ما أتزل الله بها من سلطان، وهي ما سموه «فوايز رمضان» التي اشكت منها العلماء والعقلاء، وقالوا: إن رمضان بريء منها، ولا يجوز أن تنسب إليه بحال من الأحوال. كذلك نحس أثر هذا الشهر في الحياة الاجتماعية؛ حيث تزداد الأسرة تماسكا، ويزداد المجتمع تماسكا؛ فيزور الناس بعضهم بعضا، ويدعو بعضهم بعضا على الإفطار، ويحسن الفقراء بأنهم في هذا الشهر أحسن حالا، وأوسع عيشا من الشهور الأخرى؛ بسبب موالد الرحمن، التي يقدمها المؤمنون المعوزين من الناس؛ ليمثلوا أجر تطهير الصائم، وتنتعش المشروعات الخيرية بما يقدم إليها من مساعدات من أهل الخير، من الزكوات المفروضة التي يؤثر كثير من المسلمين إخراجها في رمضان، ومن الصفقات المستحبة التي يتسابق الناس إليها في هذا الشهر الكريم.

إلا ما أحوج أمتنا إلى أن نستفيد من هذا في شهر رمضان؛ فهو موسم التقين، ومصدر الصالحين، وميدان التسابيح، ومغسل التائبين، ولهذا كان السلف إذا جاء رمضان يقولون: مرحبا بالخير! فهو فرصة للتطهر من الذنوب والسيئات، كما أنه فرصة للتزود من الصالحات والحسنات، فلنتخذ من رمضان (معسكرا) إيمانيا لتجديد الطاقات، وتعجبة الإرادات، وتقوية العزائم، وشحن الهمم، وإذكاء البوابة للسعي الدؤوب لتحقيق الآمال الكبار، وتحويل الأحلام إلى حقائق، وللثبات إخراجها إلى واقع معيش، ورحم الله أديب العربية والإسلام مصطفى صادق الرفاعي الذي قال: «لو أنصفك الناس يا رمضان لسموك مدرسة الثلاثين يوما».

فإن إلف النعم يلفد المرء الإحساس بقيمتها، ولا تعرف النعم الكثيرة إلا عند فقدها، ولهذا قيل: الصحة تاج على رؤوس الأصحاء لا يراه إلا المرضى، والإنسان إذا امتد طوال النهار عن الطعام حتى عبسه الجوع، وعن الشراب يشرب هذه النعمة، وقال حامدا لله تعالى: «ذهب الظما، وأبثت العروق، وثبت الأجر إن شاء الله».

هذا يحس الإنسان بفرحة فطرية، حين حل له ما كان محروما عليه طوال يومه، وهو ما عبر عنه الرسول الكريم بقوله: «لصائم فرحتان يفرحهما: إذا افطر فرح بفطره، وإذا لقي ربه فرح بصومه».

شهر التعاطف

بالصوم كذلك يشعر الإنسان بالأم الآخرين، ويوجع الجانبين، وحرمان المحرومين، حين يتوق مرارة الجوع، وحرارة العطش؛ فيعطف عليهم قلبه، ويتنصب إليهم يده، ولهذا عرف رمضان بأنه شهر للواسة والبر والخيرات والصدقات، وكان رسول الله (صلى الله عليه وسلم) في رمضان أجود ما يكون؛ فهو أجود بالخير من الريح المرسلة، كما قال ابن عباس (رضي الله عنهما).

ولقد حكى عن يوسف الصديق (عليه السلام) أنه كان لا يشبع من طعام، ويبدع خزائن الأرض في مصر؛ فلما سئل في ذلك، قال: إنني إذا شبعنا أن أنسى جوع الفقراء؛ إن رمضان شهر فريد في حياة الفرد المسلم، وفي حياة الأسرة المسلمة، وفي حياة الجماعة الإسلامية، وأنا اسميه «ربيع الحياة الإسلامية»، فيه تتجدد الحياة كلها؛ تتجدد العقول بالعلم والعرفة، وتتجدد المجتمع بالترابط والتواصل، وتتجدد العزائم باستيقاق الخير؛ إذ تكثر حواراته، وتقل أسباب الشر ودواعيه، وتطرد ملائكة الخير شياطين الشر، وقد عبر عن ذلك الحديث الشريف: «إذا جاء رمضان فتحت أبواب الجنة، وغلقت أبواب جهنم، وصدقت الشياطين، وفي رواية: «وأنشأ مناد: يا باغي الخير أقبل، ويا باغي الشر أقصر».

هذا الإحفاء السماوي الكبير يقدم رمضان؛ فتفتح أبواب الجنان، وتغلق أبواب النيران، وتصفى كل شيطان، تدل على أن لهذا الشهر منزلة جليلة، وأن له في حياة المسلمين رسالة عظيمة، وهو ما عبر عنه القرآن الكريم بتهيئة الجماعة المؤمنة للقول، كما قال تعالى: «يا أيها الذين آمنوا كتب عليكم الصيام كما كتب على الذين من قبلكم لعلكم تتقون» (البقرة: 183) ومن راقب حياة المسلمين في كل عام قبل قدوم رمضان، وبعد رحيل رمضان يستيقن من هذه الحقيقة الاجتماعية الثابتة بالمشاهدة، وهي توافر الخير وعمل الصالحات في هذا الشهر، وقلة الشر والجرائم فيه.

ولهذا يجتهد الوعاظ والخطباء في أواخر الشهر، ليفرغوا جماهير الناس باستمرار هذه الثبات الساحلة، والعزائم الصادقة على

والصلصال والحمال للسئون، تنتشر إشواق الروح الصاعدة على فرائز الجسم الهابطة، وتنشعر إرادة الإنسان على شهوة الحيوان.

فنن الفراق الجوفرية بين الإنسان والحيوان؛ أن الحيوان يفعل ما يشتهي في أي زمان وفي أي مكان وعلى أي حال، ليس لديه عقل يمنعه، ولا دين يردعه، ولا ضمير يحجزه، فإذا أراد أن يبول بال في الطريق أو في البيت أو في أي مكان، وإذا أراد أن يأكل وامامه ما يؤكل لم يزعج وأزع عن الأكل؛ فكل ما يأكله فهو حلال له، أما الإنسان فهو الذي يتحكم في فرائزه، ويحكم عقله ودينه في أفعاله، حتى ينشبه بالملائكة؛ فيدرك الأكل والشرب ومباشرة النساء طوعا واختيارا، ميثقا منوية الله وحده، عترقا عن حياة الذين عاشوا دحما لأجسادهم وفرائضهم، أسارى لشهواتهم، وهم الذين خاطبهم الشاعر أبو الفتح البستي قديما في قصيدته حين قال: يا خادم الجسم كم تسعى لخدمته انتظب الربح مما فيه خسران؟! أقبل على الروح واستكمل قضائها فانت بالروح لا بالجسم إنسان! لهذا نسب الله تعالى -في الحديث القدسي- الصيام لأمة الفرسة حين قال: «كل عمل ابن آدم له إلا الصوم؛ فإنه لي وأنا أجزي به، يدع طعامه من أجلي ويدع شرايه من أجلي، ويدع زوجته من أجلي، ويدع شهوته من أجلي».

من أجل الله وحده ترك الإنسان لذاته وشهواته، وصام عنها شهرا كاملا من تبيح الفجر إلى غروب الشمس؛ إيمانا واحتسابا؛ فكان هذا الشهر تطهيرا له من دنس السيئات، التي ربما تورط فيها طوال عامه، وكان هذا الصيام حماما روحي يغتسل فيه سنويا من أدران خطاياها، فيخرج منه نظيفا طاهرا، وهو ما عبر عنه الحديث النبوي الذي قال فيه (صلى الله عليه وسلم): «من صام رمضان إيمانا واحتسابا غفر له ما تقدم من ذنبه».

وإذا كانت الصلوات الخمس حماما أو مغسلا يوميا، يغتسل فيه المسلم كل يوم خمس مرات؛ فإن صيام رمضان مغسل سنوي، يكمل ما تقوم به الصلوات الخمس من تطهير، يؤكد هذا أن رمضان ليس شهر صيام فقط، بل هو صيام بالذهن، وقيام بالليل؛ ففيه تمثلي المساجد بالمصلين الذين يقيمون الليل بصلاة التراويح، وفيه جاء الحديث: «ومن قام رمضان إيمانا واحتسابا غفر له ما تقدم من ذنبه»، فما أجعلها وأراقها من حياة لإنسان المؤمن، أن يكون بالنيهار صائما، وبالليل قائما، وهو يحس بشوة روحية لا يتلوها من غلظ حجابيه، ولا يعرف قدرها من سنن في رغبته المادية، فحرم تلك السعادة الروحية، التي قال عنها بعض أهلها: نحن نعيش في سعادة لو علم بها الملوك لجالدوا عليها بالسيوف؛ ولكن من حسن حظهم أن الملوك والسلاطين لا يعرفون قيمتها؛ فتركوها لهم يستمتعون بها وحدهم بلا منازع.

تذكير بنعم الله

في شهر رمضان يحس المسلم بقدار نعمة الله عليه في الشيع والري؛

الإنسان كائن عجيب، خلقه الله مزوج الطبيعة، فيه عنصر مادي طيني، وعنصر روحي سماوي، فيه الطين والحمأ السئون، وفيه الروح الذي أودعه الله فيه، وهذا واضح في خلق الإنسان الأول آدم إبن البشر «أ قال ربك للملائكة إني خالق بشر» من طين» فإذا سويته ونفخت فيه من روحي فقعوا له ساجدين، (ص: 72، 73)، فلم يستحق آدم التكريم وسجود الملائكة بعنصرة الطيني، بل بالنعقة الروحية فيه.

وهذا الخلق المزوج مقصود لخلق الإنسان؛ لأنه مخلوق ليعيش في عالمين: عالم المادة وعالم الروح، وله تعامل مع الأرض وتواصل مع السماء، فهو في حاجة إلى ما يخرج من الأرض ليأكل ويشرب ويلبس ويعيش «وما جعلناكم جسدا لا يأكلون الطعام وما كانوا خالدين» (الأنبياء: 8)، كما أنه في حاجة إلى ما ينزل من السماء من وحي الله، ليرقي في مدارج المعرفة بالله، والإبراك للحق، والمحبة للخير، والتفوق للجهان، وعمل الصالحات، ولهذا زود الإنسان بالفرائز التي تعينه على عمارة الأرض والاستمتاع بطيبتها، كما زود بالملائكة الروحية التي تسمو به وتصله بالرب الأعلى.

وهذه الفرائز: والشهوات المربوطة بالعنصر الطيني في الإنسان، قد تهبط به، وتهبط حتى يغدو كالأنعام أو أضل سبيلا، وتلك الملائكة أو الأساقف الروحية قد تعلو به وتعلو حتى يلحق بالملائكة القربين، وقد يفضل بعضهم بمجاهدته، ومهمة الدين أنه يعي الجانب الروحي على الجانب الطيني في الإنسان، فلا تغطي قبضة الطين على نقعة الروح، وليس هذا بالامر الهين، فإن للطين ضغطه ووطاته على الإنسان، بضروراته وحاجاته ورغباته، والنفس أميل إلى اتباع الشهوات، واستغلال طريق الحق والهدى. لهذا كان لابد للإنسان من مجاهدة نفسه، بصلاح الصبر وسلاح التقوى، حتى يصل إلى الإمامة في الدين، كما قال تعالى: «وجعلنا منهم أئمة يهدون بأمرنا لما صبروا وكانوا بآياتنا يوقنون» (السجدة: 24)، فالصبر يقاوم الشهوات، واليقين يقاوم الشهوات، حتى يحصل على الهداية الإلهية التي ينطلق إليها الأبرار من الناس (والذين جاهدوا فيما لنفسيهم سبيلا وإن الله مع الصابرين) (العنكبوت: 69).

ولقد شرع الإسلام وسائل للإنسان ليتصبر بها على الجانب الطيني في حياته، في مقدمتها: العبادات الشعائرية، التي اعتبرت من أركان الإسلام من الصلاة والصيام والزكاة والحج، والصيام يعتبر من أعظم سمات الجهاد الروحي للإنسان في الإسلام؛ فله يسكن الإنسان طوعا عن الطعام والشراب والشهوات كشهوة الجنس؛ ابتقاء وجه الله تعالى، فهو يفتتح ببادرته عن تناول هذه الأشياء التي يشتهيها، ولا يبدد يده إليها وهي مسورة له؛ فهو يجوع ويجوهر طيب الغذاء، ونظما وإمامه بارد الماء، ينتعج عن مباشرة زوجه، وهي بجانبه، ولا يتناول السجيرة وعطشها في حبه، إنه اختيار حقيقي لدى إيمان الإنسان، وإرادة الإنسان، والمؤمن فطعا يتجنب في الامتناع الصعب، ويحقق الاستعلاء الاختياري، الذي يثبت بحق امتنار الإنسان، حين تنتصر فيه الروح على الطين