“প্রকৃত বীৰ সেইজন নহয়, যিয়ে কাৰোবাক কুস্তিত পৰাজিত কৰে; বৰং প্ৰকৃত বীৰ হৈছে সেইজন, যিয়ে ক্রোধৰ সময়ত নিজকে নিয়ন্ত্রণ কৰিবলৈ সক্ষম “

আবু হুৰাইৰাহ ৰাদ্বিয়াল্লাহু আনহুৰ পৰা বৰ্ণিত, ৰাছুলুল্লাহ চাল্লাল্লাহু আলাইহি অছাল্লামে কৈছেঃ “প্রকৃত বীৰ সেইজন নহয়, যিয়ে কাৰোবাক কুস্তিত পৰাজিত কৰে; বৰং
প্ৰকৃত বীৰ হৈছে সেইজন, যিয়ে ক্রোধৰ সময়ত নিজকে নিয়ন্ত্রণ কৰিবলৈ সক্ষম “
[ছহীহ] [(মুত্তাফাক আলাইহ {বুখাৰী মুছলিম})]

নবী চাল্লাল্লাহু ‘আলাইহি অছাল্লামে হাদীছটোত স্পষ্ট কৰিছে যে, শাৰীৰিক শক্তিয়েই প্ৰকৃত শক্তি নহয় অথবা কুস্তিত কাৰোবাক পৰাজিত কৰাটোৱে শক্তিশালী হোৱাৰ পৰিচয় নহয়; বৰং প্রকৃত শক্তিশালী হৈছে সেইজন, যিয়ে ক্রোধৰ সময়ত নিজকে নিয়ন্ত্রণ কৰিবলৈ সক্ষম। কিয়নো ইয়াৰ দ্বাৰা তেওঁ নিজৰ নফছক নিয়ন্ত্ৰণ কৰিব পাৰে বুলি প্ৰমাণ পোৱা যায় আৰু চয়তানক পৰাজিত কৰাৰো প্ৰমাণ পোৱা যায়।

http://www.sunnah.global/hadeeth/as/show/5351