„Nehněvej se,”

Abú Hurajra (ať je s ním Bůh spokojen) vyprávěl, že jeden muž řekl Prorokovi (ať mu Bůh žehná a dá mír): „Doporuč mi něco!" A on mu řekl: „Nehněvej se,” a tento muž se ho zeptal ještě několikrát a Prorok mu vždy řekl: „Nehněvej se."

[Správný(Sahíh)] [Zaznamenal ho Al-Buchárí]

Jeden ze sahába (ať je s nimi Bůh spokojen) požádal Proroka (ať mu Bůh žehná a dá mír), aby mu doporučil něco, co mu prospěje, a on mu doporučil, ať se nehněvá, čímž se myslí odstranit příčiny hněvu a pokud už k tomu dojde, tak se ovládat a nekřičet, nenadávat ani fyzicky neubližovat. Tento muž několikrát opakoval svoji prosbu o nějaké doporučení, ale Prorok (ať mu Bůh žehná a dá mír) mu neřekl nic více než: „Nehněvej se.”

http://www.sunnah.global/hadeeth/cs/show/4709