Non ti arrabbiare

Fu riferito che Abu Hurayra - che Allah Si compiaccia di lui - disse: Un uomo disse al Profeta - che Allah conceda in suo favore la preghiera e la salute -: "Dammi un consiglio". Il Profeta gli disse: "Non ti arrabbiare". Ripeté la stessa frase più volte dicendo: "Non ti arrabbiare".

[Autentico (ṣaḥīḥ)] [Riferito da Al-Buḵāryʿ]

Un compagno del Profeta - che Allah Si compiaccia di lui - chiese al Profeta - che Allah conceda in suo favore la preghiera e la salute - di suggerirgli qualcosa che gli avrebbe recato beneficio. Il Profeta gli ordinò di non arrabbiarsi, il che significa evitare le cause che conducono all'ira e il fatto di controllarsi quando ci si arrabbia, evitando di andare oltre il limite con la rabbia fino al punto di commettere un omicidio o arrivare alle percosse o a gli insulti, e ciò che è simile. L'uomo ripeté la richiesta di un consiglio più volte, ma il Profeta - che Allah conceda in suo favore la preghiera e la salute - non aggiunse altro al suo consiglio se non: "Non arrabbiarti".

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