बलियो त्यो होइन, जसले कसैलाई पराजित गर्छ, बलियो त्यो हो जसले रिस आवेगको बेला आफूमाथि नियन्त्रण राख्छ ।

अबू-हुरैरह (रजियल्लाहु अन्हु) ले बयान गरेका छन्, रसूल (सल्लल्लाहु अलैहि वसल्लम) ले भन्नुभएको छ : "बलियो त्यो होइन, जसले कसैलाई पराजित गर्छ, बलियो त्यो हो जसले रिस आवेगको बेला आफूमाथि नियन्त्रण राख्छ ।" [सही] [मुत्तफकुन अलैहि]

रसूल (सल्लल्लाहु अलैहि वसल्लम) ले भन्नुभएको छ, वास्तविक बल शारीरिक बल होइन, न त कुस्तीमा प्रतिद्वन्द्व हराउने व्यक्ति वास्तवमा बहादुर हो । वास्तविक बहादुर त्यो हो जसले क्रोधको समयमा आफूसँग लड्छ र विजयी हुन्छ । किनभने यो आफैलाई नियन्त्रणमा राख्ने र शैतानलाई पराजित गर्ने प्रमाण हो ।

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