De sterke man is niet degene die anderen kan overmeesteren; de sterke man is eerder degene die zichzelf onder controle heeft als hij boos wordt

Aboe Hoerayra, moge Allah tevreden over hem zijn, zei: "De sterke man is niet degene die anderen kan overmeesteren; de sterke man is eerder degene die zichzelf onder controle heeft als hij boos wordt".

[Authentiek] [Overeengekomen tussen al-Boekhari en Moeslim]

De Boodschapper (moge Allah Zijn vrede en zegeningen met hem zijn) wijst erop dat ware kracht niet de kracht van iemands lichaam is of zijn vermogen om andere sterke mannen te overmeesteren. Maar een echt sterk persoon is degene die ernaar streeft om zichzelf te beheersen en in bedwang te houden terwijl hij in een vlaag van woede zit. Dit geeft de macht aan die hij over zichzelf uitoefent en zijn vermogen om de duivel te verslaan.

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