„Nu este puternic cel care se ia la trântă și îi poate învinge pe ceilalți, ci cel care se stăpâneşte la mânie.”

Abu Hurairah (Allah să fie mulțumit de el) a relatat că Mesagerul lui Allah (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa) a spus: „Nu este puternic cel care se ia la trântă și îi poate învinge pe ceilalți, ci cel care se stăpâneşte la mânie.”
[Sahih (hadis autentic)] [Narat de Bukhari și Muslim]

Profetul (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa) evidențiază faptul că adevărata putere nu constă în forța fizică a unei persoane sau abilitatea sa de a-i domina pe cei puternici; ci o persoană cu adevărat puternică este aceea care se străduiește să se controleze și să se stăpânească când este furioasă, pentru că acest lucru indică puterea pe care o are asupra propriului sine și abilitatea sa de a-l învinge pe diavol și amăgirea sa.

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