Ang matipuno ay hindi sa pagbuno; tanging ang matipuno ay ang nagpipigil ng sarili niya sa sandali ng pagkagalit."}

Ayon kay Abū Hurayrah (malugod si Allāh sa kanya): {Ang Sugo ni Allāh (basbasan siya ni Allāh at pangalagaan) ay nagsabi: "Ang matipuno ay hindi sa pagbuno; tanging ang matipuno ay ang nagpipigil ng sarili niya sa sandali ng pagkagalit."}
[Tumpak] [Nagkasang-ayon sa katumpakan nito]

Naglilinaw ang Propeta (basbasan siya ni Allāh at pangalagaan) na ang tunay na lakas ay hindi ang lakas ng katawan o ang nakapagbubuno sa iba sa kanya kabilang sa malalakas. Tanging ang malakas na matipuno ay ang nakikibaka sa sarili niya at sumusupil dito kapag tumitindi rito ang galit dahil iyan ay nagpapatunay sa lakas ng pagkaya niya sa sarili niya at pananaig niya laban sa demonyo.

النجاة الخيرية
ALNAJAT CHARITY
لجنة الدعوة الإلكترونية
EDC E-Da'wah Committee