Ne te mets pas colère !

D'après (qu'Allah l'agrée) : Un homme a dit au Prophète (qu'Allah le couvre d'éloges et le préserve) : « Fais-moi une recommandation ! » Il (qu'Allah le couvre d'éloges et le préserve) a dit : « Ne te mets pas colère ! » L'homme répéta à plusieurs reprises [sa demande] et [à chaque fois] il (qu'Allah le couvre d'éloges et le préserve) a dit : « Ne te mets pas en colère ! »

[Authentique] [Rapporté par Al Bukhârî]

Un des Compagnons (qu'Allah les agrée) a demandé au Prophète (qu'Allah le couvre d'éloges et le préserve) de lui indiquer une chose qui lui serait bénéfique. Alors, il lui a ordonné de ne pas se mettre en colère. Et la signification de cela est d'éviter les causes qui amènent à la colère et de contrôler sa personne si la colère survient de sorte que cette colère ne soit pas suivie d'un meurtre, ou d'une frappe, ou d'une insulte, ou ce qui ressemble à cela. Et l'homme a réitéré plusieurs fois sa demande de recommandation mais le Prophète (qu'Allah le couvre d'éloges et le préserve) ne lui a rien rajouté comme recommandation si ce n'est : " Ne te mets pas en colère. "

http://sunnah.global/hadeeth/fr/show/4709