



## L'homme fort n'est pas celui capable de terrasser autrui. L'homme fort n'est autre que celui qui se maîtrise lorsqu'il est en colère.

Abû Hurayrah (qu'Allah l'agrée) relate : « L'homme fort n'est pas celui capable de terrasser autrui. L'homme fort n'est autre que celui qui se maîtrise lorsqu'il est en colère. »

[Authentique] [Rapporté par Al-Bukhârî et Muslim]

La véritable force n'est pas la force physique, ni celle des muscles, et elle n'est pas non plus définie par celui qui terrasse ses ennemis, aussi forts soient-ils. Non ! La véritable force se trouve en celui qui fait preuve de maîtrise de soi et arrive à dompter sa colère lorsque celle-ci le submerge. En effet, elle prouve qu'il sait se maîtriser et qu'il peut triompher de Satan.

<https://sunnah.global/hadeeth/fr/show/5351>

