強者とは腕力によるものではない。強者とは、怒りの際に自分自身を抑える者のことである。

アブー・フライラ（彼にアッラーのご満悦あれ）が預言者（彼にアッラーからの祝福と平安あれ）から伝えるところによれば、彼はこう言った：「強者とは腕力によ
るものではない。強者とは、怒りの際に自分自身を抑える者のことである。」
[真正] [二大真正集収録の伝承]

真の力とは、筋力や身体的力ではない。強者とは、強い相手と戦って、いつも負かすことのできる者ではない。真の強者とは、激しい怒りに襲われた際、自分自身と戦い、それを制圧できる者のことである。なぜならそれは自分自身を制御し、シャイターンに勝利する力を備えていることの証明だからである。

http://sunnah.global/hadeeth/ja/show/5351