'Ko je od vas u stanju da se oženi neka to uradi; a ko to nije u stanju neka posti, jer mu je post najbolja zaštita.'

Od Abdullaha ibn Mes'uda se prenosi da je rekao: "Bili smo sa Allahovim Poslanikom, sallallahu alejhi ve sellem, pa je kazao: 'Ko je od vas u stanju da se oženi neka to uradi; a ko to nije u stanju neka posti, jer mu je post najbolja zaštita.'"

[صحيح] [متفق عليه]

Allahov Poslanik, sallallahu alejhi ve sellem, podstiče da se oženi onaj ko je finansijski sposoban za to i ko ima nagon za spolnim odnosima. Na taj način, čovjek će najbolje obarati pogled i čuvati svoje stidno mjesto od bilo kakvog harama. Dok onaj ko ima potrebu za spolnim odnosima, ali nije finansijski u stanju da se oženi, on neka posti. Tako će se reducirati njegove strasti.

http://www.sunnah.global/hadeeth/bs/show/5863