Vayan a él, que comience a hablar, que busque sombra, se siente y complete su ayuno.

Narró Ibn Abbas –Alah se complazca de él-: en una ocasión el profeta –la paz y las bendiciones sean con él- estaba dando un sermón y había un hombre de pie, el preguntó por él y le dijeron: es Abu Israil ha prometido que se parará en el sol, no se sentará, no buscará sombra, no hablará y ayunará, entonces el profeta –la paz y las bendiciones sean con él- dijo: “Vayan a él, que comience a hablar, que busque sombra, se siente y complete su ayuno”

[Hadiz auténtico (sahih)] [Registrado por Al-Bujari]

Ese sahabi prometió dejar de hablar, comer, beber, se pararía en el sol sin buscar sombra, como una forma de torturarse a sí mismo, este tipo de promesas están prohibidas; por eso el profeta –la paz y las bendiciones sean con él- le prohibió eso pero le ordenó continuar con el ayuno, ya que es una forma de adoración legislada, y quien prometa realizar algo que está legislado tiene el deber de cumplirlo y quien haga una promesa de algo que no está legislado entonces no debe cumplirlo.

http://www.sunnah.global/hadeeth/es/show/5835