“Ai që i ka mundësitë, le të martohet, sepse e ka më të lehtë uljen e shikimit dhe ruajtjen e nderit. Ndërkaq, ai që nuk i ka mundësitë, le të agjërojë, sepse agjërimi ia shuan epshin.”

Abdullah ibën Mesudi (Allahu qoftë i kënaqur me të!) transmeton se Profeti ka thënë: “Ai që i ka mundësitë, le të martohet, sepse e ka më të lehtë uljen e shikimit dhe ruajtjen e nderit. Ndërkaq, ai që nuk i ka mundësitë, le të agjërojë, sepse agjërimi ia shuan epshin.”
[Sahih] [Muttefek alejhi]

Profeti në këtë hadith i nxiti ata që janë në gjendje të kryejnë marrëdhënie intime dhe i kanë mundësitë për martesë, që të martohen, sepse ajo ua mbron shikimin nga gjërat e ndaluara, ua mbron organin (nga marrëdhëniet e jashtëligjshme) dhe i pengon të bien në imoralitet. Ai që nuk i ka mundësitë për martesë, ndërkohë është i aftë të kryejë marrëdhënie intime, atëherë duhet të agjërojë, pasi kjo do t'ia ndërpresë dëshirën epshore dhe të keqen e spermës.

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