‘О омладино, ко је од вас у стању да се ожени нека то уради; а ко то није у стању нека пости, јер му је пост заштита.’

Од Абдуллаха бин Мес'уда, Аллах био задовољан њиме, се преноси да је рекао: „Били смо са Аллаховим Послаником, нека је Аллахов благослов и мир на њега, па је рекао: ‘О омладино, ко је од вас у стању да се ожени нека то уради; а ко то није у стању нека пости, јер му је пост заштита.’"

[صحيح] [متفق عليه]

Аллахов Посланик, нека је Аллахов благослов и мир на њега, подстиче да онај ко је финансијски способан и има нагон за сполним односом ступи у брак. На тај начин, човек ће најбоље обарати поглед и чувати своје стидно место од било каквог забрањеног чина. Док онај ко има потребу за сполним односима, али није финансијски у стању да се ожени, он нека пости. Тако ће укротити своје страсти.

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