Ey gençler topluluğu! Sizden evlenmeye gücü yeten evlensin. Çünkü evlenmek gözü haramdan daha çok korur ve ferci de daha çok muhafaza eder. Evlenmeye gücü yetmeyen de oruç tutsun. Çünkü oruç onun için bir kalkandır

Abdullah b. Mes'ûd -radıyallahu anh-'dan rivayet edildiğine göre o şöyle demiştir: Nebi -sallallahu aleyhi ve sellem- ile birlikteydik o, şöyle buyurmuştur: «Ey gençler topluluğu! Sizden evlenmeye gücü yeten evlensin. Çünkü evlenmek gözü haramdan daha çok korur ve ferci de daha çok muhafaza eder. Evlenmeye gücü yetmeyen de oruç tutsun. Çünkü oruç onun için bir kalkandır.»

[Sahih Hadis] [Muttefekun aleyh]

Peygamber Efendimiz -sallallahu aleyhi ve sellem- cinsel ilişkiye girebilecek ve evliliğin yükümlülüklerini yerine getirebilecek durumda olanları evlenmeye teşvik etmiştir. Çünkü bu o kimsenin gözünü haramlardan korur, iffetini korur ve ahlaksızlığa düşmesini engeller. Cinsel ilişkide bulunabildiği halde evliliğin gereklerini yerine getiremeyen kimsenin oruç tutması gerekir. Çünkü oruç, şehveti kırar ve cinsel arzunun zararlarını engeller.

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