من استطاع الباءة فليتزوج

قال رسول الله صلى الله عليه وسلم

من استطاع الباءة فليتزوج، فإنه أغض للبصر وأحصن للفرج، ومن لم يستطع فعليه بالصوم، فإنه له وجاء

رواه البخاري