ከረመዷን አንድ ቀንም ሆነ ሁለት ቀን በፊት ቀድማቹህ አትፁሙ። ነገር ግን ያስለመደው ጾም የነበረበት ሰው ከሆነ ይፁመው።

ከአቡ ሁረይራ - አላህ መልካም ሥራቸውን ይውደድላቸውና - እንደተላለፈው እንዲህ አሉ: «የአላህ መልክተኛ (የአላህ ሰላትና ሰላም በእርሳቸው ላይ ይስፈን) እንዲህ ብለዋል: "ከረመዷን አንድ ቀንም ሆነ ሁለት ቀን በፊት ቀድማቹህ አትፁሙ። ነገር ግን ያስለመደው
ጾም የነበረበት ሰው ከሆነ ይፁመው።"
[ሶሒሕ ነው።] [ቡኻሪና ሙስሊም ዘግበውታል።]

ነቢዩ (የአላህ ሰላትና ሰላም በእርሳቸው ላይ ይስፈን) ላይ ይስፈንና አንድ ሙስሊም ለረመዷን ጥንቃቄ ብሎ ረመዷን ከመግባቱ ከአንድ ቀን ወይም ከሁለት ቀን በፊት መጾምን ከለከሉ። ምክንያቱም የረመዷን ጾም ግዴታነት የተያያዘው ጨረቃን ከመመልከት ጋር ነውና። ስለዚህ መጨናነቅ አያስፈልግም። ነገር ግን አንድ ቀን እየጾመ አንድ ቀን የመብላት ልምድ ያለው ወይም ሰኞና ሀሙስ የመጾም ልምድ ያለው አይነቱ ሰው ከሆነ ከዚህ ልምዱ ጋር ከገጠመ መጾም ይችላል። ይህም በምንም መልኩ የረመዷን አቀባበል ስላልሆነ ነው። እንደስለትና የቀዷእ (ያመለጠን ግዴታ ፆም ማካካሻ) ጾም የመሰሉ ግዴታ ጾሞች እዚህ (የተፈቀደው) ውስጥ ይካተታሉ።

http://www.sunnah.global/hadeeth/am/show/4508