रमजानच्या आधी एक किंवा दोन दिवस उपवास करू नका, जोपर्यंत एखाद्या माणसाला नेहमीचा उपवास नसेल, तर त्याने तो उपवास करावा

अबू हुरैरा (अल्लाह त्याच्यावर प्रसन्न असो) यांनी सांगितले: अल्लाहचे रसूल (सल्लल्लाहु अलैहि वसल्लम) म्हणाले: "रमजानच्या आधी एक किंवा दोन दिवस उपवास करू नका, जोपर्यंत एखाद्या माणसाला नेहमीचा उपवास नसेल, तर त्याने तो उपवास करावा."
[صحيح] [متفق عليه]

रमजानच्या सावधगिरीने पैगंबर (सल्लल्लाहु अलैहि वसल्लम) यांनी मुस्लिमांना रमजानच्या एक किंवा दोन दिवस आधी उपवास ठेवण्यास मनाई केली आहे, कारण रमजानचे उपवास चंद्रदर्शनावर आधारित आहेत आणि त्यासाठी भावनिक होण्याची आवश्यकता नाही. तथापि, जर एखाद्याला नेहमीचा उपवास असेल, जसे की प्रत्येक दुसऱ्या दिवशी उपवास करणे किंवा सोमवार किंवा गुरुवारी उपवास करणे, आणि ते या वेळेशी जुळते, तर तो उपवास करू शकतो. हे रमजानच्या आगाऊपणाचा भाग मानले जात नाही. हे अनिवार्य उपवासांना देखील लागू होते, जसे की चुकलेल्या उपवासांची भरपाई करणे किंवा नवस पूर्ण करणे.

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