نباید یک یا دو روز قبل از رمضان روزه بگیرید، مگر کسی که این روزها را روزه می گرفت (مثلا روزهای دوشنبه و پنجشنبه) پس او آن روزها را روزه بگیرد

از ابوهریره رضی الله عنه روایت است که گفت: رسول الله صلی الله علیه وسلم فرمودند: «نباید یک یا دو روز قبل از رمضان روزه بگیرید، مگر کسی که این روزها را روزه می گرفت (مثلا روزهای دوشنبه و پنجشنبه) پس او آن روزها را روزه بگیرد».

[صحیح] [متفق علیه]

در این حدیث رسول الله صلی الله علیه وسلم از روزه گرفتن یک یا دو روز قبل از رمضان به نیت احتیاط برای رمضان نهی کرده اند؛ چون وجوب روز رمضان مشروط به رؤیت ماه رمضان است، و نیازی به تکلف نیست، و فقط کسی این روزها را می تواند روزه بگیرد که عادت وی روزه گرفتن مثلا روزهای دوشنبه و پنجشنبه بوده و یک روز قبل از رمضان مصادف شده با همان روزی که معمولا روزه می گرفته؛ و این به هیچ وجه جزء استقبال از رمضان شمرده نمی شود، و روز واجب مانند قضا و نذر نیز به آن تعلق می گیرد.

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