Föregå inte Ramadan med att fasta en eller två dagar, utom om någon redan brukar fasta den dagen, då får han fasta

Abu Hurayrah (må Allah vara nöjd med honom) berättade att Allahs sändebud sa: "Föregå inte Ramadan med att fasta en eller två dagar, utom om någon redan brukar fasta den dagen, då får han fasta."
[Autentisk] [Al-Bukhari och Muslim]

Profeten förbjöd att man fastar dagen innan Ramadan, eller två dagar innan, i avsikt att vara försiktig eller säkerställa att man inte missar början av Ramadan, eftersom fastan i Ramadan inleds med att man ser nymånen, inte genom påhittade försiktighetsåtgärder. Undantaget gäller den som har för vana att fasta vissa dagar, såsom varannan dag eller måndagar och torsdagar, och en sådan dag sammanfaller med dagen före Ramadan – då är det tillåtet att fasta den dagen. Undantaget omfattar också obligatorisk fasta, som att ta igen en missad dag från tidigare Ramadan eller fasta på grund av en avlagd ed.

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