Не починайте піст Рамадану постом за день або за два [з остраху пропустити його справжній початок], за винятком людини, у якої його звичайний піст припадає на цей період: нехай вона поститься

Абу Гурайра (нехай буде задоволений ним Аллаг) передає, що Посланець Аллага (мир йому і благословення Аллага) сказав: «Не починайте піст Рамадану постом за день або за два [з остраху пропустити його справжній початок], за винятком людини, у якої його звичайний піст припадає на цей період: нехай вона поститься».

[صحيح] [متفق عليه]

Пророк Мухаммад (мир йому і благословення Аллага) заборонив мусульманам поститися про всяк випадок за день-два до початку Рамадану. Адже, для того, щоб поститися місяць Рамадан, достатньо побачити новий місяць, і немає потреби в надмірному перестраховуванні себе. Виняток становлять випадки, коли на ці дні припадає звичайний піст людини, як наприклад, регулярний піст по понеділках та четвергах, або піст через день. І такий піст не вважається постом перед Рамаданом про всяк випадок. Те саме стосується і обов'язкового посту, коли мусульманин відшкодовує пропущенні дні або піст через невиконану обітницю.

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