有两个黎明，像狼尾巴的黎明，此时不允许礼拜，但仍可进食；在天空中水平出现的黎明，此时可以礼拜并开始斋戒。

据贾比尔·本·阿布杜拉－愿主喜悦之－传述：真主的使者－愿主福安之－说：“有两个黎明，像狼尾巴的黎明，此时不允许礼拜，但仍可进食；在天空中水平出现的黎明，此时可以礼拜并开始斋戒。”
[健全的圣训] [哈克姆传述]

http://www.sunnah.global/hadeeth/zh/show/10609