نو په خوراک مو سره راټول شئ او د الله نوم پرې یاد کړئ، برکت به پکې واچول شي

له وحشي بن حرب رضي الله عنه څخه روایت دی چې: هغوی وویل: اې د الله رسوله! مور خوراک کوو خو نه مړیږو، هغه وفرمایل: «ښایي تاسې جلا جلا خورئ؟» هغوی وویل: هو، ویې فرمایل: «نو په خوراک مو سره راټول شئ او د الله نوم پرې یاد کړئ، برکت به پکې واچول شي».

[حسن] [ابو داود ابن ماجه او احمد روایت کړی دی]

ځینو صحابه وو له نبي صلی الله علیه وسلم څخه وپوښتل: مور خوراک کوو خو مړښت راته نه حاصلیږي. نو نبي صلی الله علیه وسلم ورته وفرمایل: ښایي تاسې د خوړو پر مهال جلا جلا کېږئ او هر یو ځانته خوراک کوئ؟ هغوی وویل: هو. ویې فرمایل: یو ځای شئ او جلا جلا خوراک مه کوئ، او د خوړو پر مهال بسم الله ووایئ، نو برکت به پکې راشي او تاسو ته به مړښت حاصل شي.

http://www.sunnah.global/hadeeth/ps/show/4212