# اې هلکه، بسم الله ووايه، په ښي لاس خوراک کوه او له خپلې مخې څخه خوراک کوه

له عمر بن أبي سلمة رضی الله عنه څخه روايت دی وايي چې: زه د رسول الله صلی الله علیه وسلم په سرپرستي کې کوچنی ماشوم وم، (د ډوډۍ خوړلو پر مهال به مې) لاس په کاسه کې آخوا او دېخوا کېده، نو رسول الله صلی الله علیه وسلم راته وفرمایل: « اې هلکه، بسم الله ووايه، په ښي لاس خوراک کوه او له خپلې مخې څخه خوراک کوه» نو له هغه وروسته مې همدا د ډوډۍ خوړلو طریقه شوه.

[صحیح دی] [متفق علیه دی]

عمر بن ابي سلمة رضي الله عنهما چې د رسول الله صلی الله علیه وسلم د میرمنې زوی (پرکټی) او د رسول الله صلی الله علیه وسلم د روزنې او سرپرستۍ لاندې و، وايې چې د خوراک پر مهال به يې لاس په کاسه کې يو ځای او بل ځای واهه تر څو له بېلابېلو ځايونو څخه مړۍ را واخلي، نو رسول الله صلی الله علیه وسلم د ډوډۍ خوړلو درې ادبونه ور وښودل: لومړی يې : د ډوډۍ په پیل کې "بسم الله" ووېل. دويم يې: په ښي لاس خوراک کول. دريم يې: له خپلې مخې څخه خوراک کول.

http://www.sunnah.global/hadeeth/ps/show/58120