Тогда собирайтесь за одним столом и упоминайте имя Аллаха перед началом трапезы - и тогда она будет благодатной для вас

От Вахши ибн Харба (да будет доволен им Аллах) передаётся, что они как-то сказали: «О Посланник Аллаха, мы едим, но не наедаемся». Он сказал: «Возможно, вы едите поодиночке?» Они ответили: «Да». Он сказал: «Тогда собирайтесь за одним столом и упоминайте имя Аллаха перед началом трапезы - и тогда она будет благодатной для вас».

[Хороший хадис] [Передали Абу Дауд, Ибн Маджа и Ахмад]

Некоторые из сподвижников обратились к Пророку (да благословит его Аллах и приветствует) со словами: «Мы едим, но не насыщаемся». Тогда Пророк (да благословит его Аллах и приветствует) сказал им: «Возможно, вы едите поодиночке, и каждый принимает пищу отдельно?». Они сказали: «Да». Тогда он сказал: «Ешьте вместе, не разъединяясь, и упоминайте имя Аллаха перед едой, говоря: “Бисмиллях” - и тогда пища будет благодатной для вас, и вы насытитесь».

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