# "Во время еды я не облокачиваюсь".

Абу Джухайфа, да будет доволен им Аллах, передал: "Я находился у Пророка, да благословит его Аллах и приветствует, когда он сказал одному мужчине: "Во время еды я не облокачиваюсь".
[Достоверный] [Передал аль-Бухари]

Абу Джухайфа Вахб ибн Абдуллах ас-Сава‘и, да будет доволен им Аллах, сообщает в этом хадисе, что к руководству Пророка, да благословит его Аллах и приветствует, не относилось облокачивание во время еды. То есть, принимая пищу, Посланник Аллаха, да благословит его Аллах и приветствует, не опирался ни на один бок, подкладывая под него подушку или другой предмет, и он также не ставил руку на землю для опоры на неё. Пророк, да благословит его Аллах и приветствует, остерегался сидеть так во время трапезы, поскольку такая поза способствует большему поглощению пищи, в результате чего возникают тяжесть, апатия и другие пагубные последствия для здоровья. Дело в том, что если человек ест облокотившись, то его пищевод становится изогнутым, а не прямым, т.е. принимает неестественную форму, что может нанести вред здоровью. Кроме того, когда человек ест полулёжа на боку, он находится в такой позе, которая указывает на высокомерие, а не на скромность.

http://www.sunnah.global/hadeeth/ru/show/58119