

الباب الثانى

الإتيكيت

آداب المعاملة

عزيزتى حواء ، ليست الأنوثة هى رفة الصوت ومقاييس الجسم وطول كعب الحذاء ، ولكن الأنوثة تصرف وأفعال وآداب فى المعاملة .

لذلك عزيزتى حواء عليك باتباع بعض النصائح التى سأهمس بها فى أذنك حتى تكونى الملكة المتوجة فوق عرش التميز والإبهار .

وسوف أتناول بعض الجوانب فى الحياة لكى نتحدث فيها لنصل إلى درجة كبيرة من حسن التصرف .

○ الحياة العائلية : كونى بسيطة عند زيارة أهل خطيبك أو زوجك فالمغالة فى الملبس والماكياج نكثرت من تقدم لك ، كذلك لا تذهى مهمة ، فراعى البساطة والأناقة فى نفس الوقت .

- كونى بسيطة فى حركاتك وانفعالاتك فلا تعاملى زوجك أو خطيبك بعناد أمامهم ، فهذا تصرف يضعه فى حرج معك ومعهم .

- لا تنادى أنت للتاكسى وزوجك أو خطيبك معك ، واتركى الأمر له .

- حاولى أن تتفادى الشجار مع زوجك أو خطيبك بعدة طرق منها :

١ - التظاهر بعدم سماع الكلام الجارح .

٢ - اشكريه على الإساءة حتى لا يتمادى فيها .

- ٣ - عدى من ١ إلى ١٠ قبل النطق بأى رد وأنت فى لحظة غير متماثلة لأعصابك .
- ٤ - تذكره بما ينسأه هو إذا اتهمك بالنسيان ولكن فى هدوء بعد فوات لحظات القضب .
- ٥ - ناقش معه ما يضايقك بهدوء فى بعض أوقات الفراغ وليس كلها .
- ٦ - حاولى ألا تكثرى من الشكوى والهموم دائماً .
- ٧ - حاولى أن تكتبى له التواريخ التى تريد أن يتذكرها دائماً .
- إذا دفعته عصبية إلى قوله بأنك صورة من والدك فاشكره على هذه المجاملة الرقيقة .
- حاولى ألا يكون صوتكما مرتفعاً أمام الأطفال أثناء النقاش .
- ناقشى أمورك فى منزلك بل داخل حجرتك .
- لا تقمى تقرير الإدانة بمجرد بدء المناقشة فزوجك لا يملك نفس ذاكرتك .
- كونى مدبرة وحكيمة فى مصروف المنزل (فى أبواب هذا الكتاب شرحت لك طريقة صنع معظم الأشياء التى تحتاجين إليها حتى تتجنبى شراء الأشياء باهظة الثمن .
- تذكرى أن الرجل بقدر ما يحب المرأة الضعيفة التى تحتاج إلى ظله فهو يحب المرأة المساندة له فى كل شئ ، فحاولى أن تجمع شخصيتك بين القوة والضعف واستعملى كلأ فى حينه .
- تذكرى .. لا تنتقدى تصرفاته أمام الناس .
- لا تكثرى عبارات التذليل أمام الناس .
- عزيزتى هواء ، البساطة اجعلها قاعدة فى حياتك فى كل شئ فى

ثيابك ، فى ماكياجك فى كلامك فى مختلف جوانب حياتك على ألا تتعارض مع قيم مجتمعنا الدينية والأخلاقية .

لذلك عزيزنى حواء سأخذ بعض جوانب الحياة وسأحدثك فيها على انفراد ، حتى تكونى سبابة للأخذ بها فتصلى إلى الرقى والتميز .

○ فى مجال العمل :

- لا تنتقدى زميلة أمام الناس .

- لا ترفعى صونك ولا تخفضيه ، اجعليه مسموعاً لمن تريد أن يسمعك فقط .

- لا تكونى كثيرة الشكوى من الحياة المعيشية والأسرية .

- لا تحاولى أن تظهرى نفسك العالمة بأسرار الأمور .

- لا تتعرضى لزميل أو زميلة بسوء فى غيابه .

- لا تنعى أسرار العمل فى الخارج .

- لا تظهرى أخطاء من سبقوك فى نفس المهنة بالتشهير بهم .

- سارعى بالاعتراف بالخطأ إذا أخطأت فى العمل .

- إذا أساء إليك أحد فعليك بالصمت فهذا يدفعه إلى السكوت ومراجعة

النفس ، وبالتالي الاعتذار ، فإذا استمر فى الإساءة فعليك بالرد من قاعدة

تصويب الخطأ ، فإن لم يرتدع فعليك بإسقاطه من اعتبارك له فى أى

شئ ، أى أن تكون العلاقة سطحية أو كأنها غير موجودة على الإطلاق .

- لا تطلقي ألفاظاً غليظة مهما كانت حالتك النفسية .

- لا تكونى صارخة الملابس والماكياج موضحة المفاتيح الجسدية .

- سارعى إلى مجاملة الزملاء فى مناسباتهم سواء بالتليفون أو بكارت

أو زهور للتعبير عن فرحتك لفرحهم .

- لا تطلعى كل رائج وغاد على صورة زوجك أو ابنك أو خطيبك .

- لانهملى الأطعمة النفاذة إلى العمل واكتفى بتناول ساندوتش صغير .
- تذكرى أن البساطة هى سر الأناقة وأن خير الأمور الوسط فى كل شىء .

○ أنت ضيفة :

عزيزتى حواء .. لكل نصرف أصول وقواعد لابد من اتباعها حتى تكون نصرفاتك نابعة من أصول سليمة حتى لا يبتذلك أحد .
- لا تذهبي إلى أحد بدون ميعاد .
- حاولي ألا تذهبي بأطفالك قدر الإمكان .
- يجب أن يكون وقت الزيارة مناسباً حتى إذا كانت بميعاد سابق .
فلا يكون وقت الطهيرة أو وقت الغداء ، أو فى الصباح الباكر جداً .
- يجب أن تفصحى عن سبب زيارتك ببساطة دون تعقيد حتى لا يخطئ السامع تفسير قولك وأفعالك .
- إذا اضطررت لاصطحاب أطفالك فلك أن تنبههم إلى أن يجلسوا بهدوء حتى لا يتسببوا فى إحراجك .
- لا تأمرهم أن يذهبوا إلى الحجرة الأخرى بل دعى ربة المنزل هى التى تفعل ذلك .
- لا تمنعنى النظر فى أرجاء المنزل بنظرات متفحصة .
- لا تنصتى إلى رب المنزل إذا نهامس رب المنزل مع زوجته .
- تجنبى الثثرة عن بعض الزميلات بالعمل أو الجارات أو الأقارب .
- لا نرهق ربة المنزل بكثرة طلباتك أو طلبات أطفالك .

- إذا حملت هدية إلى أهل المنزل فلا تتحدثى عن صعوبة الحصول عليها .

- حاولى ألا تطيلى الجلوس واختصرى فى كلامك .

- إذا اضطرت إلى استعمال تليفون مضيفتك فيكون كلامك مختصرًا ولأمر هام جدًا ولا داعى للإطالة .

- لا تنتقدى مضيفتك فى طريقة صنع ما قدمته لك أو طريقة وضع أثاث منزلها أو ذوقها فى ملابسها أو ماكياجها إلا إذا كنت قريبة جدًا جدًا من قلبها وواثقة بأنها ستقبل هذا النقد .

- إذا قدمت لك بعض المشروبات الروحية وأنت متدبنة فلا تلقى محاضرة فى الدين والحرام والحلال ، واكتفى بالاعتذار عن قبول الدعوة .
- لا تستعملى أشياء مضيفتك الخاصة .

- اكتفى بالقاء التحية إذا استأذنت للرحيل ولا تفتحى موضوعًا للمناقشة .

- لا تنملى فى الإعجاب بالأشياء الموجودة بمنزل مضيفتك واكتفى بالإشادة بحسن ذوقها .

بهذا سيدتى تترك زيارتك أثرًا طيبًا فى قلب أقربانك أو أصحابك وجيرانك فتصبح صحبتك محببة إليهم .

○ أنت مضيضة :

عزيزتى حواء .. طبعًا حينما تكونين أنت مضيضة فعليك مراعاة نفس الأصول كما لو كنت ضيفة فضعى نفسك مكان المضيضة وأنت ضيفة والعكس حتى تترك رؤيتك أثرًا طيبًا فى نفس الضيفة . وإليك عزيزتى حواء بعض النصائح التى يجب مراعاتها عند قيام إحدى الأمر أو الأفراد بزيارتك .

- حاولى أن تكونى مبتسمة دون تكلف إذا زارك أحد بغير ميعاد مسبق .

- لا تقدمى المشروبات فور وصول الضيف حتى لا يعتقد أنك تنهين المقابلة .

- يجب أن يكون المنزل مستعدًا دائمًا لاستقبال الزائرين .
- يجب أن يكون بالمنزل شيء من المثلجات أو العصائر أو أى مشروبات حتى لا تفاجئين أمام الضيوف بعدم وجودها .
- لا تكثرى من الهمس فى أنن أولادك أو زوجك أمام الضيوف فهذا يشعرهم بالحرج .

- لا تكثرى من الحديث عن أولادك وظرفهم فهذا شيء ممل للآخرين فاجعلى ذلك فى حدود المعقول .

- إذا زارك أحد وأنت مريضة فلا تتوسعى فى ذكر تفاصيل المرض وآلامه ونتائجه وأضراره ، فهذا شيء مخيف وممل .

- إذا أعددت مشروبًا للضيوف فلا بد أن تعدى لأولادك مثلهم إذا جلسوا معك حتى لا تتسببين فى إحراج أولادك أمام الضيوف .

- إذا سكب المشروب من أيدى الضيف أو أولاده فلا تنزعجى وتظهرى الغضب الشديد أو تكثرى قيمة مفروشاتك أو تعبك فى تنظيفها دائمًا - خذى الشيء ببساطة شديدة لأن الضيف لا يقصد ذلك .

- إذا كان الضيف طبيبًا أو محاميًا أو مهندس ديكور مثلاً فلا تفنحى معه موضوعًا فى المهنة وتذكرى أوجاعك ومشاكلك ، فهذا بعيد عن التصرف اللائق تمامًا .

- إذا حملت إليك الهدايا فافتحها واشكرى حاملها وأثنى على حسن نوقه بشكل لائق غير مبالغ فيه .

- تقبلى اعتذار الضيف إذا اعتذر عن الأكل أو الشرب ولا تلحى عليه فى ذلك حتى لا تخرجيه .

- إذا كان عندك أكثر من ضيف فحاولى أن تجمعهم فى الحديث فى موضوع واحد وأن توزعى اهتمامك على الجميع حتى لا يشعر أحدهم بالإهمال .

- ابتعدى بقدر الإمكان عن جو العمل لكل ضيوفك وتذكرى أنهم جاءوا لقضاء وقت سعيد بعيداً عن إرهاق العمل .

- إذا كنت مضيفة لحفل عرس فى بيتك فلا تنهيه بكلمات التعب وآهات الإرهاق ، ولكن بابنسة جميلة اشكريهم على مجاملتهم لك بالحضور .

○ آداب المائدة :

آداب المائدة وانباع أصولها تظهر أنوثتك ورفقتك وهى مرآة لطريقة تربية أطفالك ، لذلك سأذكر لك بعض النصائح التى يجب مراعاتها عند تناول الطعام بالخارج أو بالحفلات أو حتى بمنزلك حتى يحرص أطفالك على تقليدك فتقرسى بذلك العادات الصحية لديهم .

- فإذا كنت ضيفة على المائدة فلا تصعى (مرفيك) فوق المائدة .

- لا تمدى يدك إلى الأصناف البعيدة واكتفى بأخذ ما أمامك .

- لا تتحدثى فى أشياء مقززة على المائدة كالتى نجدناها مثلاً فى أفلام الرعب .

- لا تكثرى من كلمات استحسانك للطعام ، كما لا تنتقدى الأصناف .

- لا تذكرى مهارتك فى صنع بعض الأصناف الموجودة على المائدة حتى لا تقللى من مستوى جودتها .

- بعد تناول الطعام ضعى الشوكة والسكين وأتوات المائدة الخاصة بك فى الطبق وهى مقلوبة ولا تتركها خارج الطبق .
- لا تتركى الفوطه مطوية كما هى حتى توحى أنك تستحسنين الطعام دائماً . اطويها مرة واحدة واتركها بجانب طبق الخبز .

طريقة إعداد المائدة

طريقة إعداد المائدة من أهم العوامل التى تساعد على فتح الشهية كما أنها تظهر عنايتك واهتمامك بمنزلك وأسرتك بل وضيوفك أيضاً . لذلك كان عليك أن تظهرى مائدتك فى أجمل شكل وأبهى منظر ، ولهذا لابد أن تعطيها شكلاً زخرفياً جميلاً مستغلة فى ذلك نفس الأشياء المستخدمة فى إعدادها من المفارش وفوط السفرة وزهور الزينة والفضيات بل والطعام أيضاً وسأشرح لك بالتفصيل كيفية زخرفة المائدة .

ثم كيفية إعداد مائدة الإفطار والغداء والعشاء وبوفيه لحفل صغير .

١ - المفارش : عند اختيار مفرش المائدة راعى أن يكون سادة وليكن أبيض مثلاً لأن المفارش المزركشة لا تساعد على إظهار شكل الطعام ولا طريقة إعداد المائدة .

عند إعداد مائدة لك ولأسرتك حاولى أن يكون المفرش بلاستيك حتى يسهل تنظيفه ، أما إذا كان لديك ضيوف فلا بد أن يكون المفرش من القماش الأبيض أو اللسبه أو أى خامه أخرى تفضلينها غير البلاستيك .

٢ - زهور الزينة : توضع فى وسط المائدة ولتكن زهوراً طبيعية إن أمكن على أن تكون الفازة قصيرة حتى لا تحجب رؤية الأفراد بعضهم للبعض .

٣ - الفُضيات : لابد أن تكون الفُضيات نظيفة ولامعة وموضوعة بالشكل المناسب للمائدة سواء كانت مائدة إفطار أو غداء ، أو عشاء ،

نوع الطعام سواء أكان سمكاً أو فاكهة ، أو مائدة شاي فلكل طريقة في وضع الفصيات سأوضحها لك فيما بعد .

٤ - **دورق المياه** : يوضع على البوفيه مملوءاً ونظيفاً ويمر به من على شمال الأفراد .

٥ - **قوط السفرة** : تلعب قوط السفرة دوراً كبيراً في إظهار زخرفة المائدة وجمالها ، وذلك إذا راعيت أن تعطيتها شكلاً هندسياً جميلاً ، إليك بعض الطرق السهلة لكيفية تطبيق القوط ومكان وضعها على المائدة .

أ - **شكل المروحة** : تطبق القوطة نصفين وتطوى على شكل بيلسيه ثم يوضع طرفها في كأس ويفتح الطرف الآخر حتى يأخذ شكل المروحة في هذه الحالة توضع القوطة في كأس أو في الكوب الذي سيستخدم للماء .

هناك طريقة أخرى لتطبيق القوطة لتأخذ شكل المروحة أيضاً ، وعندما نحصل على هذا الشكل توضع على المائدة مباشرة ولكن راعى أن تنشى القوطة وتطبق بيلسيه بالطريقة السابقة ، وينشئ الطرف السميك ليكون قاعدة المروحة ويفرد الطرف الآخر لنحصل على شكل المروحة .

ب - **شكل المندبل** : تطبق القوطة إلى نصفين ثم إلى أربع ثم يوضع كل طرف على الطرف الآخر المقابل وتطوى نصفين مرة أخرى أو تترك هكذا وفي هذه الحالة توضع في طبق على يسار كل فرد .

ج - **شكل المثلث** : تطوى القوطة نصفين على شكل مثلث ثم تطوى مرة أخرى نصفين حتى يصير مثلثاً سميكاً ثم يطوى المثلث من القاعدة من طرفه اليمين إلى الداخل ومن الطرف اليسار إلى الداخل أيضاً حتى

نحصل على شكل الظرف المفتوح وتوضع على المائدة مباشرة أو في طبق على يسار كل فرد لتأخذ شكل الظرف المفتوح قاعدته إلى أسفل وقد توضع به وردة صغيرة .

د - شكل الشمعدان : تطوى الفوطة نصفين ثم تبرم من أحد أطرافها إلى الطرف المقابل لتحصل على شكل اسطوانى رفيع جداً وتوضع كل ثلاث في كاسة لتعطينا شكل الشمعدان ، وقد نضع وردة صغيرة في كل واحدة حتى يكتمل الشكل .

هـ - شكل القرطاس : تطوى الفوطة أربعة ثم تلف على شكل قرطاس وتوضع في كأس .

و - شكل الطاووس : تطوى الفوطة نصفين على أن يوضع بداخلها جزء من الورق المفضض لكي يعطيها الشكل المقوى ، ثم تلف على شكل القرطاس الرفيع مع الضغط (لا يكون القرطاس مفتوحاً) ثم ضعها على المائدة مع الضغط ، ضع يدك اليسرى على الطرف العريض وبيدك اليمنى ارفعى الطرف المدبب إلى أعلى أعطيه شكل رقبة ورأس الطاووس أو ما تريد من الأشكال ، وفي هذه الحالة قد توضع الفوطة في طبق على يسار كل فرد أو توضع أمامه على المائدة مباشرة .

ى - شكل الزهرة : تطوى الفوطة على شكل المنديل الرجالى ، ثم اطويها من أحد أركانها على شكل بيلسيه ثم توضع كل اثنين في كأس على أن يكون الطرف المغلق إلى أسفل والطرف المفتوح ذو الطبقات إلى أعلى وحاولي أن تباعدى بين هذه الطبقات لتحصل على شكل زخرفى جميل .

ملحوظة :

لا بد أن نتدربى أو نحاولى تجربة الحصول على هذه الأشكال في وقت فراغك حتى لا تستغرقى وقتاً طويلاً أثناء إعداد المائدة .

○ مائدة الإفطار : يوضع مفرش بلاستيك وليكن لونه أبيض تطبق الفوطه على شكل مثلث غالبا في مائدة الإفطار وتوضع في طبق على يسار كل فرد .

- يقطع الخبز على شكل قطع هندسية ويرص بشكل زخرفى سواء كان عيش توست أو أفرنچى أو بلدى فى طبق على يسار كل فرد ، وجوار طبق الفوطه على أن توضع سكين على حافة طبق الخبز .
- يوضع طبق كبير أمام كل فرد .

- توضع السكين على يمين الطبق الكبير وحدها إلى الداخل والشوكة إلى اليسار وحدها إلى أعلى .

- يوضع فنجان فارغ بجوار كل طبق كبير من جهة اليمين وإلى الأمام قليلاً على أن تكون يد الفنجان إلى اليمين كما توضع ملعقة صغيرة أعلى طبق الفنجان إلى اليمين أيضاً ، على أن يكون طرفها المدبب إلى أعلى .

- توضع الأصناف المعدة للإفطار فى منتصف المائدة (جبن - زبد - مربى - بيض - فول) .

- توضع الملاحات وطفاية السجائر على جانبى المائدة ..

- توضع صينية بها اللبانة والسكرية وإبريق الشاى فى منتصف المائدة ليقوم كل فرد بملء الفنجان حسب رغبته ، أو لتقوم ربة الأسرة بذلك فى حينه .

○ مائدة الغداء : إذا أعددت مائدة الغداء لأسرتك فاكتفى بالمفرش البلاستيك حتى يسهل تنظيفه ، أما إذا كان لديك ضيوف فيفضل القماش ذو اللون السادة وليكن أبيض .

- توضع الفوطه على يسار كل فرد ولتأخذ أحد الأشكال السابق

شرحها وتوضع فى طبق أو توضع على المائدة مباشرة أو فى كأس .
ونلك حسب الشكل الذى ستعطيه لها .

- يوضع طبق سرفيس مسطح أمام كل فرد ويوضع عليه الحساء أو
الخضار .

- توضع السكين والملقعة إلى يمين الطبق (السكين حدّها إلى الداخل
والمعلقة طرفها المقعر إلى أعلى) وتوضع الشوكة على اليسار وحدّها
المديب إلى أعلى .

- توضع أطباق السلاطات إلى جوار طبق العيش يسار كل فرد .
- توضع كاسة المياه إلى اليسار قليلاً من كل فرد (كاسة الفوطة) .
- توضع الأصناف المعدة فى منتصف المائدة وبجوارها ملحقة
كبيرة .

- توضع الملاحات على أطراف المائدة .
- يمر بدورق المياه على أن يراعى أن يكون نلك من يسار كل فرد .
- نعد أطباق الفاكهة بشكل زخرفى جميل وتوضع فوق البوفيه لحين
الانتهاء من تناول الطعام .

- عند تناول الفاكهة تخلصى المائدة تماماً من أى أثر لتناول الطعام ما عدا
الفوطة .

- توضع أطباق الفاكهة وأصناف الحلو فى منتصف المائدة .
- يوضع طبق سرفيس مسطح أمام كل فرد وفوقه طبق أو كاسة
المثلجات إن وجد .

- توضع سكين الفاكهة وملقعة صغيرة إلى اليمين وشوكة صغيرة إلى
يسار السرفيس أمام كل فرد .

- توضع طفاية السجائر على أطراف المائدة .

○ مائدة العشاء : مائدة العشاء لا تختلف كثيرًا عن مائدة الغداء ولكن طريقة إعدادها هي نفس طريقة إعداد مائدة الغداء مع اختلاف الأصناف ووضع ذلك في الاعتبار .

طريقة عمل بوفيه للمناسبات :

من أهم الأشياء التي تراعى في عمل بوفيه للمناسبات هو عدد الأفراد المدعوين .

- يراعى أن تكون الأصناف المعدة مناسبة للحفل أى أشياء يسهل تناولها وسأشرح لك هذه الأصناف فى (الباب الخامس) حتى تختارى ما يناسبك .

- توضع الأطباق بالكامل فوق بعضها على يسار المائدة أو البوفيه .
- توضع الشوك والسكاكين أيضًا مع بعضها على يسار المائدة .