

إتيكيت إعداد الاحتفالات

سوف نبين خلال العرض التالى كيف تبدأ فى إعداد الاحتفال واختيار بعض أنواع المشروبات والحلويات والمخبوزات أو الأكلات البسيطة الممتازة والمشوقة لهذا الاحتفال، وكذلك بعض الأفكار الجديدة والجريئة فى التنفيذ.

وبخطوات بسيطة بحيث توضح طريقة الإعداد خطوة بخطوة لتناسب الصغار للاشتراك فى إعداد احتفالاتهم بأنفسهم، وهناك بعض الملاحظات التى يجب أن تذكرها كل فتاة وفتى قبل البدء فى تنفيذ الخطوات التالية:

- ١- فى حالة إعداد الأطعمة لا تحاولى التنفيذ بمفردك ويفضل أن يكون معك شخص كبير أى بالغ.
- ٢- قبل بداية أى عمل أحضرى المطلوب من خامات وأدوات العمل التى تحتاج إليها حتى لا تتوقف فى منتصف العمل.
- ٣- اغسلى يديك قبل البداية وضعى مربلة على ملابسك لحمايتها أو البسى قميصاً مستعملاً.
- ٤- احسبى المقادير والكميات المطلوبة للتجهيز وخاصة فى الأطعمة.

٥- البسى جوائتى عند التقاط أو رفع أى أطباق ساخنة أو غرف مواد ساخنة.

٦- كونى حريصة عند استخدام المقص أو السكين الحاد ويفضل عدم استخدامه إلا فى وجود شخص بالغ معك.

٧- لا تتركى الفرن مفتوحاً بعد إشعاله وأطفئى الفرن أو الموقد بعد الانتهاء.

٨- بعد الانتهاء اغسلى جميع الأدوات.

ومن مواصفات ربة المنزل المستضيفة الماهرة:

- أن تكون ملمة بكل شئون بيتها صغيرة كانت أو كبيرة.
- أن تعرف ما يحتاج إليه البيت فى الوقت المناسب حتى لا تفاجأ بنفاذه.
- أن تعامل أولادها بطريقة لا يغير فيها أحدهم عن الآخر ليشعر كل منهم بالطمأنينة.
- أن تشعرى الضيوف أن البهجة أتت معهم وأن وجودهم مرغوب فيه.
- أن تكظم غيظها وتهدى من روعها فلا يبدو منها أى بادرة تدل على الغضب من الأولاد أو الخادمة فى حضور الزائرين.
- أن تسدل الستائر الخفيفة إن وجدت عندما تضاء الغرفة.

• ألا تدع بيتها بدون نظام متعلقة لنفسها بتعبها؛ لأن الإهمال والفوضى يؤثر على شخصية الأولاد ونفسياتهم ونفسيك أولاً.

• أدب المائدة والطعام في الإسلام:

أوضح العلماء أن أدب المائدة علمنا إياه الرسول الكريم ﷺ قولاً وعملاً.. فالتيمن مطلب شرعى فى كل ما يمكن فعله باليمين أكلاً وشرّباً ومصافحة وارتداء للملابس والدخول إلى المواضع المباركة.. أما الشمال فلفعل الأشياء المستقذرة وإزالة النجاسات وكان ﷺ يجب التيمن فى شأنه كله.

يروى عمر بن أبى سلمة فيقول - كما فى صحيح البخارى - كنت غلاماً فى حجر الرسول ﷺ وكانت يدي تطيش فى الصحيفة فقال لى الرسول: «يا غلام سم الله وكل بيمينك وكل مما يليك». قال عمر: فما زالت طعمتى بعد.

والمسلم ليس نهماً على الأكل بل هو يأكل بلطف ورقة وأدب. وكان ابن عمر رضى الله عنهما لا يأكل حتى يؤتى بمسكين يأكل معه، فأدخل عليه خادمه رجلاً يأكل معه فأكل كثيراً فقال ابن عمر لخادمه: لا تدخل هذا على.. سمعت رسول الله ﷺ يقول: «المؤمن يأكل فى معنى واحد والكافر يأكل فى سبعة أمعاء».

وكان عليه الصلاة والسلام لا يذم طعاماً قدم إليه فإن أعجبه أكل وإلا أمسك، وعن خالد بن الوليد قال: أتى للنبي ﷺ بنصب مشوى

أهدى إليه ليأكل. فقيل له: إنه ضب فأمسك يده. فقال خالد: أحرام هو؟ قال: لا ولكنه لا يكون بأرض قومي فأجدني أعافه. فأكل خالد ورسول الله ﷺ ينظر.

وكان الرسول ﷺ يحب الحلواء والعسل ويكره الأشياء التي لها رائحة كريهة وقد قال - كما في الصحيح - «من أكل ثومًا أو بصلاً فليعتزلنا أو ليعتزل مسجدنا».

وليس في ذلك تحريم لأكلهما وإنما كراهة ذلك لمن يخالط الناس ويحضر مجالسهم.

وقد أشار العلماء إلى أنه من الأدب الإسلامي أن يأكل الإنسان مع خادمه الذي يعد له الطعام فإن لم يرَضْ بذلك فلا أقل من أن يطعمه مما يطعم. وفي صحيح البخاري أن الرسول ﷺ قال: إذا أتى أحدكم خادمه بطعامه فإن لم يجلسه معه فليناوله أكلة أو أكلتين أو لقمة أو لقتمتين فإنه ولي حرة وعلاجه.

فإذا فرغ المسلم من طعامه قال: الحمد لله كثيرًا طيبًا مباركًا فيه. غير مكفى. ولا مودع. ولا استغنى عنه ربنا.

.أواني الذهب والفضة:

مما تجدر ملاحظته أن الإسلام يحرم على الإنسان أن يستعمل أواني الفضة والذهب. فعندما كان حذيفة بن اليمان ؓ في المدائن استسقى أى طلب الماء فأتى بقدر من فضة فرماه وقال: إن النبي ﷺ

قال: «لا تلبسوا الحرير ولا الديباج، ولا تشربوا في آنية الذهب والفضة. ولا تأكلوا في صحافها».

وعن آداب المائدة في الإسلام أيضًا أنه لا بد أن نؤكد أن المسلم يحرص على أن يكتسب حلالًا ويطعم أولاده الطيبات، لأنه لا وزن لأخلاق الرجل وعبادته ما لم تكن قائمة على الرزق الطيب الحلال، ففي صحيح مسلم أن الرسول ﷺ قال: «إن الله تعالى طيب لا يقبل إلا طيبًا وإن الله تعالى أمر المؤمنين بما أمر به المرسلين فقال تعالى: ﴿يَا أَيُّهَا الرُّسُلُ كُلُوا مِنَ الطَّيِّبَاتِ وَاعْمَلُوا صَالِحًا﴾. وقال تعالى: ﴿يَا أَيُّهَا الَّذِينَ ءَامَنُوا كُلُوا مِن طَيِّبَاتِ مَا رَزَقْنَاكُمْ﴾ ثم ذكر الرجل يطيل السفر أشعث أغبر يمد يديه إلى السماء يارب يارب ومطعمه حرام ومشربه حرام وملبسه حرام وغذى بالحرام فأنى يستجاب له».

- أفضل الصدقة:

وبعد أن يجمع المسلم المال من حلال عليه أن يصرفه في حقه. فينفق على أهله وولده بالمعروف من غير تقتير ولا إسراف. وذلك أفضل الصدقة وقد أوصانا الرسول ﷺ أن نعمل على ترك الورثة أغنياء.. وفي صحيح الحديث أن سعد بن أبي وقاص رضي الله عنه قال: "كان رسول الله ﷺ يعودني وأنا مريض بمكة فقلت: لى مال أوصى بهالى كله؟ قال: لا. قلت: فالشطر قال: لا. قلت فالثلث. قال: الثلث والثلث كثير إن تدع ورثتك أغنياء خير من أن تدعهم عالة يتكففون الناس فى أيديهم. ومهما أنفقت فهو لك صدقة حتى اللقمة ترفعها فى فيّ امرأتك.

عند تناول غذاء أو عشاء رسمى: فى البداية يجب وضع رءوس أقلام عند ترتيب المائدة منها على سبيل المثال وليس الحصر:

تحديد نوعية الدعوة:

- هل هى عائلية أى تقتصر على الحدود العائلى فقط أم هى دعوة عامة تشمل الأقارب والأصدقاء معاً أم هى دعوة عمل أم مناسبة سعيدة (خطوبة، عقد قران، رفاف)؟

- تحديد مساحة المكان حتى نستطيع تحديد عدد المدعوين وبالتالى تحديد عدد الأماكن.

تحديد نوعية البوفيه هل هو بوفيه مفتوح (فى حالة الأعداد الكبيرة) أم اقتصار الدعوة على الجلوس فى أماكن على الطاولة.

تحديد الإمكانيات المادية لمثل هذه المناسبات حتى يتم تحديد الإكسسوارات اللازمة لمثل هذه المناسبات.

بعض الأفكار التى يمكن تطبيقها فى الحفلات والمناسبات تزيين المائدة بالورود:

ونلاحظ أن الورود عامل مشترك لكل مناسبة ولكن الاختلاف يكمن فى طريقة تنسيق وترتيب هذه الورود.

طريقة ترتيب الأطباق الكئوس:

بالتأكيد أن الأساسيات واحدة ولكن الاختلاف سيكون فى اللمسة الجمالية للإكسسوارات المصاحبة للبوفيه المفتوح.

وهذا يحتاج إلى مكان متسع نوعا ما بحيث يمكن وضع طاولة كبيرة تتسع لجميع الأنواع والأصناف المراد وضعها.

بداية يجب الاهتمام بتزيين هذه الطاولة بالورود.

- غرفة الطعام: لم تعد كما سبق من الغرف المنسية بل أصبحت من الغرف المهمة فهي تعتبر العنوان الصريح لأناقة اختيارات ربة المنزل ورقة ذوقها وحسن اهتمامها بمملكتها.

غرفة الطعام من الغرف المهمة للعائلة والزوار إذا كانوا مدعوين إلى العشاء أو الغذاء.. فقضاء وقت ممتع ومريح مع الاستمتاع بلذة الطعام من الأشياء المهمة التي تسعى إليها ربة كل منزل... الانسجام العام بين الغرف من أساسيات الديكور الناجح... تنسيق غرفة الطعام يعتمد على الديكور العام للمنزل... فليس من المستحب أن يحمل المنزل طابع ديكورى معين وتأتى غرفة الطعام بطابع مخالف.

لا نستثنى أثاث الغرفة من هذا التناسق المنشود... فتناسق ألوان التنجيد مع اختيارات الطلاء والإكسسوارات من أساسيات الغرفة الأنيق.

اللجوء إلى الطلاء الفاتح وفي بعض الأحيان الفاقع مع التشكيلات الهندسية بالجبس وقباب بإضاءات خافتة في السقف تتدلى منه الشرايا فى أناقة... والستائر البسيطة من أهم عناصر الراحة والاستمتاع والرقى فى غرفة الطعام.

الشكل التقليدى لغرفة الطعام يزعج الكثير من السيدات واللجوء إلى التصميمات الحديثة فى البوفيهات والفترينات الخاصة بالأواني أصبح السمة الأساسية فى ديكور المنزل العصرى... فى بعض الأحيان تلجأ ربة المنزل إلى المرايا الحائطية كبديل غاية فى الأناقة للبوفيه التقليدى بمرآته العلوية أو الاستعاضة عن المرآة بلوحات من التابستري الأنيقة.

أخيرًا... من هنا نجد أن الاهتمام واللمسات البسيطة الأنيقة لربة المنزل هى العنصر الجمالى البارز فى أرجاء غرفة الطعام.

ويضيف المتخصصون فى فنون الموائد أن هناك لمحة أخرى دافئة تجعل للمائدة رونقًا خاصًا وهى وضع زجاجتين من الكريستال بإحدهما بعض الخل والأخرى بعض الزيت. وما أجمل أن تضيف سيدة المنزل إلى ذلك حلية فضية خاصة بالمائدة لتحمل ورقة مكتوب عليها اسم كل مدعو.

وهناك بعض الأشياء المهمة الأخرى التى ينصح خبراء الإتيكيت بعدم نسيانها، فالزبد مثلاً مقدمة لها طابع خاص فى قائمة الطعام وسيكون رائعًا إذا وضع على المائدة بداخل إناء فضى ذى غطاء على شكل جرس صغير.

الألوان على السفرة: أما بالنسبة للألوان فيقول الخبراء: إنه إذا كان إعداد المائدة للإفطار فالاهتمام يكون بالألوان المبهجة المرححة التى

تجعل بداية اليوم ذات طبيعة ربيعية متفائلة، أما الألوان لعشاء الأمسيات والرومانسية فيفضل لها الألوان الداكنة كالأزرق أو القرمزى إضافة إلى الشموع والورود بنفس اللون وتلك المائدة هي نفسها التي اختارها المتخصصون لدعوات الأعياد.

ترتيب المقاعد: يبقى في فن ترتيب المائدة ترتيب المقاعد وأماكن جلوس الضيوف وهنا يكون الأمر بيد صاحبة الدعوة والتي تعرف وحدها أهمية كل مدعو وتستطيع بدون إحراج أن تختار له المكان القريب وبجوار الشخصيات التي تناسب مستواه وطبيعة شخصيته أيضًا.

إتيكيت أكل الطعام:

- التأكد من أن تسمى الله قبل الشروع في الأكل.
- الجلوس والظهر مشدود إلى الأعلى بهذا تكونى مرتاحه.
- لا تأكل وفمك مفتوح ولا تصدرى أصواتًا مزعجة.
- الشربة لا تشفط بل تشرب بعد أن تتحسسى حرارتها برشفة صغيرة.
- المشروبات الغازية غير مستحبة فقد تخرجك بإصدار الأصوات.
- لا تخرجى شيئًا من فمك أمام الناس وإذا اضطررتى إلى ذلك فبعيدًا عن الأنظار.

- عدم الإكثار من الكلام والضحك على الطاولة أو رفع الصوت.

- كلى مما يليك ولا تنظرى إلى غيرك فى أثناء الأكل.

- عند الانتهاء لا بد من شكر الله وحمده، إذا دعيت للطعام فلا تجلسى إلى المائدة بمفردك ولكن اتركى صاحبة الدعوة هى التى تجلسك فى المكان الذى تحدده هى، ولا تتحدثى بصوت مرتفع فى أثناء الطعام أو تحدثى جلبة، وتجنبى أن تصطدم المعلقة أو الشوكة فى طبقه أو تلوحى بشوكتك إذا تحدثتى حتى لا تزعجى أحداً... ولا ترفعى الطبق من فوق مائدة الطعام مهما كانت الأسباب كما لا تنكبى على الطعام بنهم... ولكن اجعلى رأسك أعلى من مستوى كتفك قليلا وارفعى المعلقة إلى فمك بلطف وإذا كانت السلطة من الأوراق الطويلة فقطعيها ولا تأكليها كاملة وتجنبى أن تلطخى شفاهاك بالزبد أو الصلصة أو الكاتشب... لتصبحين موضع إعجاب دون تكلف.

- يجب عدم إحداث ضجة فى أثناء الجلوس إلى المائدة، ويمكن الجلوس على الكرسي من جهة اليسار على أن تراعى الشخص الجالس إلى اليمين حتى لا تأخذ اتجاهها مضاداً فيحدث الارتباك غير المرغوب به فإذا لاحظت أن الشخص يمينك يتجه إلى الكرسي جهة اليسار فلا تتجه إلى اليمين بل ابقى فى نفس الاتجاه (إلى اليسار).

- إذا كانت الدعوة في بيت أحد الأقارب أو الأصدقاء فعلى المدعو أن ينتظر حتى يحدد له المكان المفروض أن يجلس فيه، أما إذا كانت حفلة ووضعت الكروت بأسماء المدعوين فعلى الشخص أن يبحث عن اسمه ويجلس حيث هو محدد له.
- عادة تجلس ربة المنزل على رأس المائدة وفي مواجهتها رب الأسرة وتجلس على يمينه الابنة الكبرى ويجلس الابن الأكبر إلى يمين والدته ثم الولد الثاني على يسار الأب وهكذا...

الفوط:

- تمسك ربة المنزل بالفوطة الموضوعة أمامها وتنفضها ثم تضعها على ركبتيها بعد ذلك يفعل الجالسون مثل ذلك، الفوط الصغيرة تفرد تماماً أما الكبيرة فاكتمفى بفرد بعض طياتها فقط.
- يجب عدم وضع الفوطة تحت الطبق أو ربطها حول العنق إلا للأطفال وحتى هؤلاء يفضل ربط المرايل الخاصة بهم بدلاً من فوط المائدة.
- من الجائز تجفيف الفم بالفوطة وخاصة قبل تناول كوب الماء حتى لا يترك آثاراً دهنية على الكأس.
- عند الانتهاء من تناول الطعام توضع الفوطة بدون إعادة طيها في الجهة اليمنى ويمكن وضعها في اليسار، الفوط الورق تعاد بنفس الطريقة (في جهة اليمين).

طريقة الجلوس:

- يجب أن يكون الجلوس في وضع مستقيم ودون تكلف.
- ينقل الطعام إلى الفم ولا يقرب الفم إلى الطبق أى يجب عدم الانحناء في أثناء تناول الطعام.
- يجب عدم الارتكاز على المرفق على المائدة في أثناء تناول الطعام وأن يبقى المرفق إلى جانب الجسم حتى لا يتضايق الشخص الجالس بالجوار.

الحديث على المائدة:

- يجب أن يتناول الحديث على المائدة موضوعات مهمة وشائقة تهم جميع الجالسين.
- أن يشترك معظم الجالسين في الحديث وتجنب الأحاديث الجانبية.
- يفضل الابتعاد عن أحاديث المرض والحوادث وما يسبب اشمئزاز الآخرين.

البدء في تناول الطعام:

- يجب الانتظار حتى يكتمل الجميع وتبدأ ربه البيت بالأكل أولاً في الضيوف أو أفراد الأسرة.
- إذا كان العدد كبير أو يخشى أن يبرد الطعام فعندئذ ابدأ بتناول

الطعام عندما ترى أن عدد الحاضرين أصبح مناسباً ولا داعى لانتظار الجميع.

- فى حالة البوفيهات ابدأ فى تناول الطعام بمجرد دخول غرفة البوفيه. هل طُلب منك إحدى المرات تمرير المملحة... هل من المسموح أن تطلب أنت شىء غير موجود على المائدة من المضيف أو المضيفة... هل من اللائق أن تأخذ ما تبقى من أطعمة... هل من حقك رفض ما لا ترغب فيه من الطعام؟
- هذه الأسئلة لا تقل فى أهميتها عن كيفية ترتيب أدوات المائدة بحيث تصبح مائدتك أنيقة... أو عن كيفية تناول الأطعمة فينبغى أن تحرص على أن تكون تصرفاتك جذابة مثل شكل مائدتك وأطعمتك.

عندما يطلب منك أحد تمرير المملحة:

لا مانع على الإطلاق من القيام بذلك، لكن الشىء الذى يلزم الملح هو الفلفل ماذا عنه؟ لا توجد قواعد بعينها تحكم التصرف فى هذا الموقف لكن عليك الاكتفاء بتمرير الملح.

عندما تطلب شىء غير موجود على المائدة:

مثل الكاتشب أو المستردة، لا توجد مشكلة فى طلبها ولفت نظر المضيفة بكل تأدب لهما لكن من غير المسموح على الإطلاق أن تطلب أطباقاً أو أصنافاً من الطعام غير موجودة وإنما أشياء بسيطة فقط.

- عندما تبقى الأطعمة:

وهذا ينطبق فقط إذا كنت مدعوًا إلى تناول الطعام في مكان عام وليس في منزل صديق، ويجوز أن تأخذ ما تبقى من أطعمة في حالة رغبتك في ذلك والحالة الثانية إذا كانت كمية الطعام كبيرة ولا تستطيع الانتهاء منها في المطعم.

رفض ما لا ترغب فيه من الطعام:

- بين الأصدقاء.
- لا مانع من الرفض بتأدب وليس لزامًا عليك أن تبدى أسباب عدم رغبتك، أو إذا اضطررت الموقف فمن المجاملة أن تأخذ من كل طبق مقدم لك القليل من الأصناف المختلفة حتى لا تشعر بما لا ترغب فيه أو لا تستحسنه.
- والرفض ضرورة مع إبداء السبب إذا كنت تعاني حساسية أو أية أسباب مرضية أخرى بدون لفت أنظار جميع الحاضرين إليك، عليك بالهمس في أذن المضيف.

في مطعم خارجي:

والذى يقدم لك الطعام هنا (الجرسون) شخص غريب عليك فسيكون التصرف بالرفض أسهل بكثير من الأصدقاء ويكون بتأدب بالغ أيضًا.

البوفيه المفتوح:

أسهل بكثير من الأصدقاء والمطعم حيث تتاح لك حرية الاختيار بدون تدخل من أحد.

طريقة ترتيب المائدة:

- قومي بتغطية المائدة بالمفرش على ألا يتدلى أكثر من ٣٠ سم من جوانب المائدة.
- عند وضع السكاكين والشوك والملاعق يجب ألا تبعد حافة مقابضها أكثر من ٢ سم من حافة الطاولة.
- ضعي السكين إلى يمين الطبق وتكون حافتها الحادة باتجاه الطبق.
- ضعي الملاعق إلى يمين الطبق بالقرب من السكين التي يتوقف عددها على الأصناف المقدمة ما يستعمل منها أولاً يوضع بعيداً عن الطبق، إلى الخارج.
- ضعي الشوكة إلى يسار الطبق وتكون أسنانها متجهة إلى أعلى، كما يتوقف عدد الشوك على الأصناف المقدمة ما يستعمل منها أولاً يوضع بعيداً عن الطبق.
- ضعي طبق الخبز والزبدة في حال استعماله إلى يسار الطبق فوق الشوكة.

- ضعى سكينه الزبده على يمين الطبق وتكون حافتها الحادة متجهة إلى وسط الطبق.
- ضعى كأس الماء إلى اليمين فوق حافة السكين.
- احرصى على تزيين المائدة بالأزهار أو الأعشاب شرط أن تكون بسيطة وغير مرتفعة لكى لا تحجب الرؤية.

إتيكيت إعداد موائد الطعام المختلفة

أولاً: عند تناول غذاء أو عشاء رسمى:

توجد قاعدة واحدة فقط لإعداد المائدة للطعام الرسمى، ويجب أن تكون المسافة متساوية بين الأدوات بعضها البعض مع الحفاظ على توازيها وتناسق مظهرها. كما يجب أن يكون الطبق الرئيس فى المنتصف بالضبط.

وتتكون مائدة الطعام الرسمى على النحو التالى:

- ضعى الطبق الرئيس فى منتصف الأدوات الأخرى، وفى مواجهة كرسى الضيفة.
- ضعى طبق الزبد بعد الشوكة وإلى الأمام منها على اليسار.
- كوب الماء أو العصائر بجانب طبق الزبد إلى اليمين بالترتيب حسب الحجم.
- الشوكة على الناحية اليسرى من الطبق الرئيس ويكون ترتيبها كالتالى.

١ - شوكة السلطة بجانب الطبق مباشرة إذا قدمت مع الأكل أو بعده، ولكن إذا قدمت أولاً قبل أى شىء آخر توضع على يسار الشوكة الرئيسة (شوكة اللحوم).

- ٢- شوكة اللحوم بعد شوكة السلطة أى إلى اليسار منها.
- ٣- شوكة السمك بعد شوكة اللحم (إلى اليسار منها) - ولكن إذا تم استخدامها أولاً توضع بعيداً عن الشوك الأخرى.
- توضع السكاكين إلى اليمين من الطبق الرئيس:
- ١- سكين السلطة بجانب طبق الطعام الرئيس مباشرة إذا قُدمت السلطة مع الأكل أو بعده (كما في حالة الشوك). ولكن إذا قدمت أولاً توضع على اليمين من سكين اللحم.
- ٢- ضعى سكين اللحم بعد سكين السلطة (إلى اليمين منها).
- ٣- سكين السمك بعد سكين اللحم (إلى اليمين منها).
- ٤- سكين الزبد ضعيها فوق طبق الزبد مباشرة.
- ضعى ملعقة الحساء / الفاكهة بعد السكاكين (إلى اليمين منها).
- أما شوكة المحار، ضعيها بعد الملاعق (وذلك عند تقديمه فقط) وهذه هى الشوكة الوحيدة التى توضع على اليمين.
- فوطة الطعام فوق الطبق الرئيس.
- ضعى الشموع أو أية إضاءة خافتة أخرى.
- ولا يجوز وضع أكثر من ثلاثة شوك أو ملاعق أو سكاكين (باستثناء شوكة المحار). وإذا قدمت أكثر من ثلاثة أطباق قبل

تقديم الحلو، فإن الشوكة الرابعة تأتى مع الطبق الرابع أو أن تحذف شوكة السلطة وسكينها من على المائدة فى بداية الطعام ويتم إحضارها مع السلطة. يتم إحضار الملاعق الخاصة بالطبق الحلو والشوك مع الطبق قبل تقديمه مباشرة.

ثانياً. مائدة الطعام شبه الرسمى. غير الرسمى :

- عدم التدقيق فى تساوى المسافات بين الأدوات الموضوعه على المائدة كما هو الحال فى مائدة العشاء الرسمى الذى يختلف عنها فى ذلك.

- يتم وضع الشموع أو المصابيح الخافقة فى إضاءتها وبأى لون يلائم الألوان الموجودة على المائدة، مع الحرص على ألا تكون عالية أو منخفضة حتى يكون لهب الشموع بعيداً عن مستوى الأعين عند تناول العشاء.

- يمكنك استخدام الألوان فى فوط المائدة.

- وفى هذا النوع من العشاء يقل عدد الأطباق عن تلك المقدمة فى العشاء الرسمى وبالتالي تقل أدوات المائدة. وتتكون المائدة فى العشاء غير الرسمى أو كما يصفونه عشاء الثلاثة أطباق من:

١ - شوكتان، واحدة للحم والأخرى للسلطة أو للحلو توضع الثانية مباشرة إلى اليسار من الطبق الرئيس ثم تتلوها شوكة اللحم إلى اليسار منها أيضاً.

٢- الطبق الرئيس، والذي لا يوضع على المائدة عند جلوس الضيوف.

٣- طبق السلطة والذي يوضع إلى اليسار من الشوكة.

٤- طبق الزبد يوضع بعد وإلى الأمام من الشوك.

٥- سكين الزبد فوق طبق الزبد.

٦- سكين اللحم بجانب الطبق الرئيس (طبق اللحم) إلى اليمين منه.

٧- ملعقتان، ملعقة الحلو والتي توضع إلى اليمين من السكين، وإذا كان هناك حساء توضع ملعقة إلى اليمين من ملعقة الحلو.

٨- الفوطة إما أن توضع في المنتصف في مواجهة مقعد الضيف (مكان الطبق الرئيس)، وإذا لم يوجد طبق للسلطة توضع مكانه.

٩- كوب ماء أمام السكين.

١٠- لا تضعى الطبق الرئيس على مائدة الطعام غير الرسمية، ويتم وضعه في الحالات الآتية (ويكون بحجم ملائم) تحت طبق الحساء أو كأس كوكتيل الجمبرى أو الفاكهة، وضعى طبق اللحم عند تقديم الطعام وليس بمجرد الجلوس حتى يقدم ساخناً مع الطعام.

١١ - عند تقديم قهوة أو شاي مع الطعام ضعى الفنجان إلى يمين أدوات المائدة الأخرى وضعى ملعقة القهوة على طبق الفنجان أو على المائدة فى الناحية اليمنى من الفنجان.

ثالثاً: مائدة العائلة التقليدية (مائدة المنزل):

- على هذه المائدة يستخدم أقل عدد ممكن من الأدوات، الأهم فى الاستخدام. وبما أنه تقدم على هذه المائدة وجبة واحدة وطبق حلو واحد، فالحاجة تكون فقط: لشوكة وسكين وملعقة واحدة.
- وإذا قدمت أطباق الحساء والفاكهة فيتم إضافة الأدوات الخاصة بها.
- ليس من الضرورى وضع شوكة خاصة بالسلطة على المائدة على الرغم من تقديم أطباق منها لكل فرد على حدة.
- لا يتم تناول الأغذية المجمدة فى العلب المحفوظة بها، ويجب تقديمها فى أطباق.
- قدمى المخلل، الجيلي، أو الكاتشب فى العلب الخاصة بها كما هى إذا لم يوجد ضيف. لكن لا بد من تقديمها على أطباق (أى العلب) مع وجود الملعقة والشوكة الخاصة بكل واحدة منها.
- يمكنك استخدام الفوط الورقية (يفضل ذلك) أو الفوط

النسيجية. توضع هذه الفوط على الفخذين (الحجر) وبعد الانتهاء من الطعام ينبغي طيها وإعادةها للمائدة. ثم توضع في المكان المخصص لها حتى الوجبة الأخرى (أى لا تترك على المائدة). غيرى هذه الفوط بعد كل وجبتين أو ثلاث.

• لا يجذ استخدام الأطباق الصينية أو الأدوات الفضية على هذه المائدة حتى لا تتعرض للكسر أو التلف ويمكنك استخدام الأدوات التالية:

- ١ - شوكة على يسار الطبق.
- ٢ - سكين على الناحية اليمنى من الطبق.
- ٣ - ثم ملعقة الحساء أو شوكة المحار أو ملعقة الحلو إلى الخارج أى على الناحية اليمنى من السكين.
- ٤ - كوب للعصير أو أى مشروب على الناحية اليمنى أمام السكين.
- ٥ - طبق للزبد، إذا كان هناك استخدام له إلى اليسار أمام الشوكة مع وضع السكين الخاص بالزبد فوق الطبق.
- ٦ - طبق للسلطة إلى اليسار من الشوكة.
- ٧ - فوطة على يسار الشوكة أو على الطبق الرئيس.
- ٨ - فنجان (أو كوب عصير) للقهوة أو الشاي مع الطبق الخاص

به إلى اليمين من السكين والملاعق الرئيسة. ضعى المعلقة فوق طبق فنجان الشاي أو القهوة.

٩- ضعى طبق الوجبة الرئيسة بمجرد جلوس أفراد العائلة على المائدة ثم يقدم الطعام مارًا بكل طبق في مكانه، أو أن يقف كل فرد أمامك ثم يأخذ كل فرد طبقه لكي يجلس في مكانه.

إتيكيت استخدام السكين والشوكة:

هناك قواعد خاصة لإعداد المائدة قبل تقديم الطعام بوضع أدواتها في أماكنها الصحيحة: أطباق.. ملاعق.. شوكة.. سكاكين.. فوط المائدة.. أكواب.. لكن هل تعرفين كيف تستخدمين هذه الأدوات وما هى قواعد الإتيكيت الخاصة بها؟

١- الطريقة الأولى: طريقة الزجراج مع الشوكة: (Zigzag) هذه هى أفضل الطرق ومعناها هو أن تنقل الشوكة من اليد اليسرى بعد التقطيع إلى اليد اليمنى لتناول الطعام بها.

- ضعى السكين على الطبق بعد التقطيع.
- ارفعى الشوكة ناحية الفم بحيث يكون سطحها المستوى لأعلى.

٢- الطريقة الثانية: بعد تقطيع الطعام لا تنقل الشوكة إلى اليد اليمنى واتركيها في اليد اليسرى ثم ارفعيها ناحية الفم لتتناولى الطعام بنفس الطريقة التى تمسكين بها للتقطيع (سطحها المستوى للداخل).

٣- قد تستخدم السكين كمساعد للشوكة لتسهيل التقاط الطعام، وفى هذه الحالة يتم الإمساك بها باليد اليسرى بنفس الطريقة التى تمسكين بها فى اليد عند تقطيع الطعام ويدفع بأعلى حافة نصلها الطعام للشوكة.

٤- عندما يتم الانتهاء من الطبق الرئيس ضعى الشوكة والسكين بجانب بعضهما البعض على الطبق على شكل زاوية مائلة من أعلى اليسار حتى اليمين أسفل على أن تمتد مقابضهما خارج حدود الطبق قليلاً.

٥- ضعى ملعقة الحلوى أو الشوكة بنفس الطريقة، أما إذا كانت الحلوى مقدمة فى طبق عميق لا تتركى مطلقاً الشوكة أو المعلقة بداخله وإنما على الطبق المسطح الذى يقدم عليه الطبق العميق، ولا يجوز عمل ذلك إلا إذا كان هذا الطبق مسطح وواسع ففى هذه الحالة لك مطلق الحرية.

إتيكيت تناول الأطعمة المختلفة والشراب:

إتيكيت تناول الحلوى والفاكهة:

وقد تؤكل الحلوى بالملعقة أو الشوكة أو كليهما سوياً.

• بالنسبة للفاكهة: التى تحتوى على عصير مثل الخوخ تقشر ثم تؤكل بالسكين والشوكة.

- الفاكهة الجافة: (التي لا تحتوى على عصائر) مثل التفاح تقطع ثم تؤكل باليد (الأصابع).
- الأيس كريم: يتم تناوله بالملعقة أما إذا كان به كيك يمكن أن يؤكل بالملعقة أو الملعقة والشوكة سوياً.
- الكيك: يؤكل بالشوكة.
- أية أنواع أخرى من الحلوى لا يمكن تناولها باليد، لا بد من استخدام الشوكة وإن كانت هناك ضرورة يمكن استخدام الملعقة والسكين أيضاً.

إتيكيت تناول المشروبات:

لا تبدئي في تناول أى شىء إلا بعد أن تحصلى على الإشارة الخضراء من المضيفة وهى البدء فى الإمساك بالشوكة ومن هنا تبدئي أنت أيضاً.

أولاً: المشروبات الساخنة:

- الكوب الخزفي: إذا قدمت القهوة أو الشاي فى كوب خزفي (مج)، فهناك مشكلة ستواجهك، أين تضعين الملعقة بعد تقليب السكر أو كيس الشاي الورقى؟. لا تتركي الملعقة داخل الكوب والحل يعتمد على مفروشات المائدة من فوط أو غطاءها فإذا كان ورقياً أو بلاستيك فلا توجد مشكلة يمكنك لعق الملعقة جيداً بشفتيك ووضعها بجانب الكوب على المائدة مباشرة. أما إذا

كان الغطاء نسيجياً لا بد وأن تضعي الملعقة على طرف طبق الزبد أو الطبق الرئيس (الناحية العميقة منها في مواجهة الطبق) ومقبضها على المائدة.

- ضعي كيس الشاي الورقي بعد الضغط عليه بواسطة الملعقة على أحد جوانب الكوب (لإخراج باقى المشروب منه) على طبق الزبد أو الطبق الرئيس ويجوز طلب طبق إضافي لوضعه عليه.

- أما إذا قدم المشروب في فنجان بطبق ضعي الملعقة وكيس الشاي الورقي بجانب الفنجان على الطبق.

- عند انسكاب قليل من المشروب على طبق الفنجان من الأفضل استبداله بطبق آخر، وإذا لم يتوفر ذلك يمكنك إعادة الكمية المنسكبة للفنجان مرة أخرى ثم يجفف الطبق وأسفل الفنجان بمنديل ورقي.

- المشروبات شديدة السخونة لا تحاولي ارتشافها بالملعقة أو الفنجان محدثة صوتاً، اتركيه ليهدأ قليلاً.

ثانياً: الشاي أو القهوة المثججة:

- من الأفضل أن يقدم في كوب زجاجي يوضع على طبق، أي سيتم وضع الملعقة على هذا الطبق وإذا لم يتسنى وجوده تتبع نفس الطريقة المذكورة مع المشروبات الساخنة التي تقدم في كوب خزفي.

إتيكيت تناول الطعام على المائدة:

أ. إتيكيت الطعام الساخن. الفاسد:

إذا أخذت قسمة من الطعام ووجدته ساخنًا أو ليس له مذاقًا لذيذًا:

١- عليك بشرب ماء أو أى مشروب مقدم على المائدة على الفور.

٢- أما فى حالة عدم وجود أى نوع من السوائل وبدأ الفم يحترق ببخار الطعام، الحل هو إخراجته من الفم على الفور ولكن ليس بالطريقة المعتاد عليها "بصقه فى فوطة المائدة" فهو غير مسموح به على الإطلاق، وإنما إخراجته من الفم على أصابع اليد أو على الشوكة حسبما تستطيعين ثم ضعيه على حافة الطبق.

٣- وفى حالة الطعام الفاسد أو الذى ليس له مذاقًا لذيذًا لا تحاولى بلعه رغم أنفك وأخرجيه من فمك بنفس الطريقة السابقة وإياك وفوطة المائدة لا يتطرق تفكيرك إليها أبدًا.

ب. إتيكيت الشربة:

لا يوجد أحد منا لا يتعرض للشربة فى أثناء الحديث أو فى أثناء تناول الطعام أو حتى شرب كوب الماء، فما العمل إذا كنت مدعوة

لتناول الغذاء/ العشاء الرسمي أو مع بعض الصديقات وكنت فى كامل أناقتك وتتصرفين بمنتهى الإتيكيت وتعثرت فيه بسبب الشرقة اللعينة؟

- ١- اشربى كمية قليلة من الماء على الفور.
- ٢- إذا لم ينجح ذلك، يأتى السعال كوسيلة فعالة فى إنقاذك من هذا الموقف وإن كان بالحل الأفضل من الماء وسابقاً عليه.
- ٣- أخرجى الطعام من الفم إلى اليد ثم إلى حافة الطبق المتاح أمامك.
- ٤- إذا استمر السعال لفترة عليك بالاستئذان من على المائدة حتى لا ترعجى الأخريات ثم العودة بعد الانتهاء.
- ٥- أما إذا شعرت بأنك لا تستطيعين الكلام أو أخذ النفس الطبيعى فإن ترك المائدة لن يكون فى صالحك؛ لأنك تعانين من علامات شرقة حقيقية وتحتاجين إلى الإسعافات الأولية ممن حولك على الفور، ولا تلتفتى إلى قواعد الإتيكيت وما ينبغى عليك فعله... فالمهم أن تنقذى حياتك.

ج. إتيكيت العطس أو السعال؛

إذا كنت تعانين من نزلة برد أو أنفلونزا هل ستعذرين عن حضور دعوة تناول الغذاء/ العشاء مع الصديقات... أظن لن تفعلها ولن

تفعلها أى سيدة منا... حسنًا، لكن هل تعلمى أنك معرضة لنوبات من العطس والسعال والرشح... ماذا ستفعلن آنذاك؟

١- عليك بتغطية الأنف والفم بمنديل، وإن لم يكن لديك واحدًا لا مانع من استخدام فوطة المائدة، والحل الثالث استخدام الأيدى وليس من الضروري أن تتركى المائدة.

٢- إذا استمر العطس والسعال، عليك بالاستئذان بعيدًا عن المائدة حتى تنتهى هذه النوبة.

٣- والاستئذان ليس فقط إذا استمرت النوبة لفترة من الزمن وإنما إذا لم يكن لديك مناديل للأنف فى حالة الرشح ولا تستخدم فوطة المائدة مطلقًا لهذا الغرض.

والأفضل عدم ذهابك لكى تجنبين الآخرين مشكلات العدوى.

إتيكيت انسكاب الأطعمة والسوائل:

الطفل ليس وحده هو الذى يسكب الماء أو الطعام، فأنت أيضًا تتعرض لهذه المواقف عندما يتم دعوتك لتناول العشاء أو الغذاء فى مطعم فاخر أو فى منزل أحد الأصدقاء، والفارق بين الطفل والشخص البالغ أن الشخص البالغ يمكنه التصرف فى مثل هذه المواقف لكن الطفل لا يبالى ويجدها فرصة لكى يلهو بالطعام المسكوب الذى سكبته بنفسه عن عمد!

إتيكيت انسكاب الأطعمة:

انسكاب الأطعمة اللزجة أو الجامدة مثل: الجيلي، الخضراوات، الأرز أو المكرونة... وغيرها من أنواع الأطعمة الأخرى يمكنك استخدام حافة السكين أو المعلقة في تنظيف ملابسك التي وقعت عليها فتات الطعام أو المسكوب منه بشرط أن تكون الأداة المستخدمة نظيفة، وإذا تركت آثارًا على ملابسك (بقع) بلل طرف القوطة الخاصة بك بقليل من الماء من الكأس الموضوع أمامك وحاول تنظيفها كحل مؤقت حتى عودتك للمنزل وتنظيفها جيدًا مع تقديم الاعتذار للمضيف/ المضييفة، ويأتي دور المضيف/ المضييفة هنا بعدم لفت أنظار باقي الأفراد لما حدث مما يسبب إحراجًا للزائر.

إتيكيت انسكاب السوائل والماء:

وإذا سكبت ماءً أو أى نوع من أنواع السوائل وليكن حساء، عصير، شاي أو قهوة، عليك بلفت نظر الخادم (الجرسون) وبهدوء شديد بدون لفت أنظار الآخرين لك لإحضار فوطة لتغطية المكان المسكوب عليه السائل ولامتصاصه في نفس الوقت هذا بالنسبة للعشاء أو الغذاء الرسمي، أما غير الرسمي وفي عدم وجود خادم يقوم بالمساعدة عليك بطلب قطعة من القماش أو الإسفنج من المضيف لامتصاص السائل كما عليك بمساعدة المضييفة في عملية تنظيف ملابسك بالطريقة المتوفرة حتى العودة إلى المنزل.

الخلاصة:

- ١- لا تمد يدك للأكل قبل الحاضرين، بل يجب الانتظار حتى يكتمل الجميع.
- ٢- يجب عدم إحداث صوت في أثناء المضغ وعدم فتح الفم وهو ممتلئ بالطعام كذلك يجب تقطيع الطعام قطعاً مناسبة وتصغيرها لتناسب كل لقمة.
- ٣- كل بهدوء ولا تأكل الأكل على بعضه وبسرعة فهذا ليس من آداب الأكل ناهيك أنه يسبب سوء الهضم.
- ٤- حاول أن لا تتكلم وتضحك كثيراً على المائدة فهذا يخل بالإتيكيت.
- ٥- لا تملأ الشوكة أو المعلقة بأكثر مما يمكن وضعه في الفم دفعة واحدة.
- ٦- لا تحمل قطعة كبيرة من الطعام على الشوكة وتقضم منها على دفعات.
- ٧- كل مما يليك وإن وجد طبق بعيد عنك. فلا تقف أو تنحني لأخذه بل اطلب من أقرب شخص إلى هذا الشيء أن يمرره لك من اليمين أو اليسار حتى يصل إليك.
- ٨- ينقل الطعام إلى الفم ولا يقرب الفم إلى الطبق أى يجب عدم الانحناء في أثناء تناول الطعام.

٩- عدم شرب المياه الغازية حتى لا تضطر إلى إصدار الغازات من فمك بشكل مزعج (تجشؤ) وإن اضطرت فضع المنديل على فمك وأخرج التجشؤ من غير صوت.

١٠- لا تشفط الشورية بل اشربها بعد أن تتحسس حرارتها برشفة صغيرة.

١١- لو علق شيء في الفم بين الأسنان لا تتخلل على الطاولة.. يمكنك الاستئذان قليلاً وإخراجها أمام المرأة.

١٢- يجب عدم الارتكاز على المرفق على المائدة في أثناء تناول الطعام وأن يبقى المرفق إلى جانب الجسم حتى لا يتضايق الشخص الجالس بالجوار.

١٣- يراعى عدم الحديث مع الغير وتحريك الشوكة أو السكينة باليد في مواجهته لتأكيد نقاط الحديث بل توضع هذه الأدوات ثابتة في الطبق في أثناء الحديث.

١٤- يجب أن يتناول الحديث على المائدة موضوعات مهمة وشائقة تهم جميع الجالسين.

١٥- أن يشترك معظم الجالسين في الحديث وتجنب الأحاديث الجانبية.

١٦- يفضل الابتعاد عن أحاديث المرض والحوادث وما يسبب اشمئزاز الآخرين.

١٧- يفضل عدم خلط أنواع مختلفة من الطعام بعضها مع بعض

فى كل الطبق وإن كان ولا بد فبمزج الجزء الذى ستمله الشوكة أولاً بأول.

١٨- شرب السوائل يكون بدون إحداث صوت وبجب الانتهاء من مضغ ما فى الفم قبل الشرب.

١٩- إذا حدث أن سعل الشخص على المائدة فليحرص على تغطية فمه إما بيده أو بمنديل وإذا كانت النوبة شديدة فيفضل ترك المائدة.

٢٠- لا تطل النظر إلى الآكلين حولك، ولا تراقب أكلهم؛ لأن ذلك مدعاة لأن يترك أحدهم طعامه قبل أن يشبع.

٢١- من غير اللائق التعليق على الطعام، فإذا قدم للشخص صنف لا يفضل له أى سبب، يكفيه الاعتذار، فلا داعى للشرح أو ذكر ما يسببه الصنف المقدم من أضرار.

• إذا سقطت اللقمة ألا يتركها لقوله عليه الصلاة والسلام فى الحديث الصحيح: «إذا طعم أحدكم فسقطت لقمته من يده، فليط ما رابه منها وليطعمها، ولا يدعها للشيطان».

• الانتظار حتى يذهب فور الطعام ودخان، كما قال عليه الصلاة والسلام فى الحديث الصحيح: «إنه أعظم للبركة» يعنى: الطعام الذى ذهب فوره.

• عدم النفخ فى الطعام، وقد يكون لهذا أضرار لا نعلمها.

• الأكل من جوانب الطعام كما قال عليه الصلاة والسلام: «كلوا من جوانبها ودعوا ذروتها - أى وسطها - يبارك لكم فيها» وقال ﷺ: «كلوا باسم الله من حواليلها واعفوا رأسها، فإن البركة تأتيها من فوقها» وقال أيضاً في الحديث الصحيح: «إن البركة وسط القصعة فكلوا من نواحيها ولا تأكلوا من رأسها».

• عدم إعاقة الطعام أو التآفف والتذمر منه، فإذا لم يعجبك الطعام اتركه، فعن أبى هريرة قال: ما عاب رسول الله طعاماً قط، إن اشتهاه أكله، وإن كرهه تركه. متفق عليه. «ولما قدم الضب للنبي ﷺ ترك أكله، وقال: إنه لم يكن بأرض قومي؛ فأجدني أعافه».

• لا يصح إدخال الطعام على الطعام، أو الأكل على الشبع وهو ما يسمى البردة، قال ﷺ: «أصل كل داء البردة».

• تجنب الإكثار من الطعام والإسراف في تناوله إلى حد التخمّة؛ لأن البطنة تذهب الفطنة وتورث الأمراض.

قال الله تعالى: ﴿ وَكُلُوا وَاشْرَبُوا وَلَا تُسْرِفُوا إِنَّهُ لَا يُحِبُّ الْمُسْرِفِينَ ﴾ [الأعراف: ٣١].

وعن المقداد بن معد يكرب قال: قال رسول الله ﷺ: «ما ملأ ابن آدم وعاء شراً من بطنه، حسب ابن آدم لقيمات يقمن صلبه، فإن لم يفعل فثلث لطعامه، وثلث لشرابه، وثلث لنفسه»، رواه الترمذى.

• يستحب غسل اليدين والقدم من أثر الطعام لقوله ﷺ: «من نام وفي يديه غمر فأصابه شيء فلا يلو من إلا نفسه».

وعن أبان بن عثمان أن عثمان بن عفان ؓ أكل خبزاً ولحماً ثم مضمض وغسل يديه ومسح بهما وجهه ثم صلى ولم يتوضأ. رواه مالك.

• تجنب الاستهتار بالنعمة مهما قلت، والمحافظة عليها مهما دقت، والحذر من إلقاء ما بقى منها بعد الطعام مع القمامة في سلة المهملات.
عن جابر أن رسول الله أمر بلعق الأصابع والصّحفة، وقال: «إنكم لا تدرون في أى طعامكم البركة»، رواه مسلم.

• تجنب النوم بعد الأكل مباشرة، أو الاستحمام أو القيام بأعمال جسدية أو فكرية مجهدة إلا بعد نيل قسط من الراحة.
عن عائشة قالت: قال رسول الله ﷺ: «أذبيوا طعامكم بذكر الله والصلاة، ولا تناموا عليه فتفسدوا له قلوبكم» رواه ابن السنن.

• الحمد لله تعالى وشكره والثناء عليه في نهاية الطعام.
عن أبي سعيد الخدري أن رسول الله كان إذا فرغ من طعامه قال: «الحمد لله الذى أطعمنا وسقانا وجعلنا مسلمين» رواه أبو داود والترمذى.

وأخيراً نختم هذا الجانب بمجموعة من أقوال على بن أبى طالب ؓ فيما خصّ آداب الطعام.

- قال على بن أبى طالب عليه السلام لولده الحسن:

ألا أعلمك أربع كلمات تستغنى بها عن الطب؟

فقال الحسن: بلى يا أمير المؤمنين.

"لا تجلس على الطعام إلا وأنت جائع، ولا تقم إلا وأنت تشتهي،
جود المضغ، وإذا نمت فاعرض نفسك على الخلاء، وإذا استعملت
هذا استغنيت عن الطبيب".

- المعدة بيت الداء، والحمية رأس الدواء، وعود كل بدن على ما
اعتاد.

- لا صحة مع النهم.

- من أكل الطعام على النقاء، وأجاد الطعام تمضغاً، وترك الطعام
وهو يشتهي، ولم يحبس الغائط إذا أتاه، لم يمرض إلا مرض الموت.

- قل من أكثر الطعام فلم يسقم.

- قل من أكثر فضول الطعام إلا لزمته الأسقام.

- قل الغذاء أكرم للنفس وأدوم للصحة.

- من قل طعامه قلت آلامه.

- من غرس في نفسه محبة أنواع الطعام، اجتنى ثمار فنون الأسقام.

- أقلل طعاماً تقلل سقاماً.

- من أراد ألا يضره طعامًا فلا يأكل حتى يجوع، وإذا أكل فليقل:
بسم الله وبالله.. وليجيد المضغ، وليكف عن الطعام وهو يشتهي،
وليدعه وهو يحتاج إليه.

أبرز الأخطاء في آداب المائدة:

- المضغ والفم مفتوح، أو التكلم والطعام في فمك.
- الأكل أو الشرب بإحداث صوت أو التلمظ أو نفخ الأنف أو إحداث أية جلبة مزعجة.
- تنظيف الأسنان على المائدة، أو حتى أسوأ استعمال الخيط.
- عدم وضع المناديل على حجرك أو عدم استعماله على الإطلاق.
- رشف المشروب في أثناء مضغ الطعام (إلا إذا كنت تحتق).
- تقطيع كل الطعام دفعة واحدة.
- الجلوس مترهلاً على كرسيك أو الانحناء على مرفقيك في أثناء الأكل.
- التناول كثيرًا لإحضار شيء ما بدل الطلب من أحدهم أن يمرره لك.
- مغادرة المائدة من دون القول عذرًا.

آداب تناول الطعام في مطاعم البوفيه:

قد تكون مطاعم البوفيه عفوية أكثر من خدمة الجلوس، لكن هذا لا يعنى أنه يجدر بك التصرف على نحو أقل حضارة، وإليك كيف تخدم نفسك بلباقة:

- استعمال الشوك والملاعق الموضوعة لرفع الطعام.
- لا تتذوق الأنواع المعروضة أو تتأخر في ملء طبقك فيما أنت تقف في وسط مجموعة الناس، لا تبدأ بالأكل إلا بعد الجلوس إلى الطاولة.
- خذ فقط ما تظن أنك قادم على تناوله.
- مد ذراعيك ويدك فقط تحت الزجاج الواقى (أى لا تضع وجهك تحت الزجاج للتحقق من كل ما هو موجود، فالزجاج الواقى موجود لحماية الطعام.
- لكل نوع من البوفيه ملعقة سكب خاصة به عادة، استعمال الملعقة لرفع الطعام الذى وضعت له أصلاً.
- عليك مراعاة الذين هم حولك من خلال التحرك في الصف بسرعة وهدوء.

إتيكيت مغادرة الحفلات

إذا دعيت إلى حفلة أو إلى عشاء أو إلى أى مناسبة فمن الإتيكيت أن تقبل هذه الدعوة بالحضور أو الرفض بتقديم الاعتذار... وفي حالة القبول:

توقيت المغادرة: حاول أن تكون لديك شفافية وتشعري بالأشخاص من حولك، فقد تحاول المضيفات إنهاء الحفل عندما تشعر بالتعب... فعليك ملاحظة آثار التعب بمجرد أن تبدو عليها ولا تنتظري حتى يطلب منك ذلك. والقاعدة للبقاء في الحفل وتحديد ميعاد المغادرة تبدأ بعد ساعة من تناول الوجبة التي تمت الدعوة من أجلها، فليس من اللائق أيضًا "أن تأكل ثم تتركي الحفل بعدها مباشرة". أما في الحفلات الصغيرة يتحدد ميعاد مغادرتك عندما تلاحظي استعداد الآخرين للمغادرة؛ لأنك إذا أبدت رغبتك في المغادرة فستنتهي الحفل سريعًا؛ لأن العدد قليل.

كيفية الاستئذان: في الحفلات الكبيرة، الاستئذان من المضييفة مع عدم الإطالة مع تقديم الشكر على هذه الدعوة اللطيفة ولا ترهقها بأن تودعك حتى الباب، افعل ذلك بمفردك. أما في الحفلات الصغيرة، عليك بتوديع الجميع وليس المضييفة فقط ثم توجيه الشكر لها... وفي هذه الحالة يمكنها اصطحابك لباب المنزل لكن لا تطيلي في الحديث معها أمام الباب.

لكن ماذا إذا طلبت منك المضيضة عدم المغادرة؟

فى حالة الإصرار، فهو شىء لطيف للغاية ويدل على استمتاع المضيضة بصحبتك ولا مانع من البقاء وعلى المضيضة عدم الإلحاح إذا كانت الساعة متأخرة أو كان هناك أطفال فى انتظار عودة الوالدين.

وفى حالة المجاملة فى طلب البقاء، وهنا ستلاحظين عدم التأكيد فى نبرة الصوت من قبل المضيضة عليك بالاعتذار بأن الوقت أصبح متأخرًا.

آداب التقديم والتعارف والتحية:

إذا كان الحفل مقامًا لتكريم ضيف شرف، فيقدم الداعى المدعوين إلى ضيف الشرف مع ذكر اسم كل منهما وعمله ومركزه، والأصغر سنًا إلى الأكبر، ما لم يشغل الأصغر مركزًا أعلى، والقادم إلى الحفل يقدم إلى الموجودين فيه ما لم يكن ذا شخصية مرموقة. وينهض الرجل إذا كان جالسًا، وتنهض السيدة للسيدة، وليس للرجل، ما لم يكن شخصية كبيرة.

ولا يعنى ذلك أن الداعى يتولى تقديم الضيوف بعضهم إلى بعض، وإنما يقدم ذلك حسب الظروف، ويترك للداعى كذلك، وهو يقدم ضيوفه، أن يتخير الصفات الطيبة لكل منهما، ما لم يكن الطرفان تعارفا. ويبدأ القادم إلى الحفل بمصافحة صاحب الدعوة، أو صاحبة الدعوة، وبعدها السيدات، ثم الشخصيات الكبيرة، ثم بقية الرجال، وفقًا لمقامهم وسنهم.

وللمصافحة قواعد أهمها، لا تجوز المصافحة فوق يدي شخصين آخرين يتصافحان، ولا تجوز المصافحة إذا كان شخص يهيم بالمرور بينهما، ولا تجوز المصافحة بالقفاز، إلا استثناءً، كما لا يجوز للممثل الدبلوماسي أن يصافح ممثل دولة أخرى قطعت دولته معها العلاقات، أو في حالة حرب، أو لا تعترف بها.

بروتوكول بطاقات الزيارة Cartes visite.

تقوم البطاقات بدورها الاجتماعي في المناسبات المختلفة، للرد على بطاقة التعارف، أو لرد الزيارة إذا كان المرسل إليه أدنى مقامًا، أو للتهنئة بمناسبة، أو مع باقات الورد، أو مع الهدية، وللشكر على التهنئة أو التعزية، أو للرد على دعوة لحفل، أو ليقدم الشخص نفسه إلى آخر، أو بمناسبة القدوم أو المغادرة، أو لطلب زيارة أو مقابلة، أو للتوصية على شخص آخر.

ويجب أن يكون لون البطاقات أبيض دائماً، وتكتب البطاقات بصيغة الغائب ولا توقع، وقلما يكتب عليها التاريخ. وتكتب على البطاقات بعض العبارات الرقيقة حسب المناسبة.

وهناك أربعة أنواع من البطاقات هي: واحدة تحمل اسم الزوج ومعلومات عن عمله وعنوانه وغيرها، وواحدة باسم الزوج مجرداً من كل صفة أو معلومات، والثالثة باسم حرمه ولا تحمل رقم الهاتف، وأخيراً البطاقة المشتركة التي تحمل اسم فلان والسيدة حرمه، ويجوز ذكر عنوان المنزل وأى بيانات تفصيلية أخرى.