

SEYİDOV MİRİŞ

**MÜASİR
ETİKET
ENSİKLOPEDIYASI**
1000 məsləhət

Azərbaycan Respublikası Prezidentinin
İşlər İdarəsinin
K İ T A B X A N A S I

“Gənclik” nəşriyyatı
B a k ı – 2 0 0 3

Tərtibçi müəllif:
Seyidov Miriş Mircavad oğlu-Gəncəli

Redaktoru:
Cəfərova Zərif Sədi qızı

Kompüter yığıcısı:
Şirinova Lətifə Bəhrəm qızı

Müəllif hüququ qanunla qorunur. Kitabı bütünlüklə və ya onun bir hissəsini müəllifin yazılı icazəsi olmadan çap etmək qadağan olunur. Qanun pozuntularına yol verilən cəhd məhkəmə yolu ilə həll ediləcəkdir.

C 16 “Müasir Etiket Ensiklopediyası”, “Gənclik” nəşriyyatı, Bakı, 2003, 268 səh.

Kitabda işgüzar həyatda istifadə olunan beynəlxalq etiketin qəbul olunmuş əsas prinsipləri, mülki istiqamətinə aid olan məsələləri qısa və yığcam formada öz əksini tapmışdır. Məlumat xarakterli “Müasir Etiket Ensiklopediyası” xaricə səfər edən azərbaycanlılar, diplomatlar və geniş oxucu kütləsi üçün nəzərdə tutulmuşdur.

M-470206204
653(07)2003 – qrifli nəşr

ISBN W5 - 8020 - 1626 - 1

© Seyidov M.M., 2003

MÜƏLLİFDƏN

Etiket – bu və digər cəmiyyətlərdə müəyyən olunmuş əxlaq, davranış qaydaları və nəzakətli rəftar formasıdır. Qəbul edilmiş müasir etiket və yüksək davranış qaydalarına riayət etmədən cəmiyyətdə yaşamaq qeyri-mümkündür.

Etiket fransız sözüdür (etiquete). Etiket Azərbaycan dilinə mərasim, təşrifat terminləri kimi tərcümə olunur (üç cildlik Rusca-Azərbaycanca lüğət) və onların məzmununu əhatə edir. Etiket termini mərasim (ər. rəsm söz. cəmi. Qəbul və müəyyən olunmuş qayda və üsullarla icra edilən təntənə, adət və ənənə), təşrifat (ər. təşrif söz. cəmi. Təntənəli mərasimlər zamanı rəsmən qəbul edilmiş üsul və qaydaların məcmusu, habelə bu mərasimin özü) və başqa etiket termininə aid olanları tam ifadə edir. Rus, türk və bir çox başqa dillərdə etiket sözü termin kimi qəbul olunmuşdur.

Etiketnin əsası çox sadədir. Bunlara - mədəni davranış, ətrafdakılara nəzakətli və hörmətli münasibət, xarici görünüş, geyim, ictimai yerlərdə özünü aparmaq, söhbətləşmək və onu davam etdirmək qabiliyyəti, mənfi emosiyaları idarə etmək və s. aiddir.

Cəmiyyətin tarixi inkişaf prosesi, arxeoloji qazıntılar bir daha sübut edir ki, hələ tayfalar mövcud olan insanların özlərini necə aparmaq qaydaları yaranmış, özünəməxsus əmək, hərbi, gündəlik davranış, qonaq qəbulu və başqa etiketlər mövcud olmuşdur. Etiket qaydalarını kollektiv üzvləri qeyri-şərtsiz yerinə yetirmək məcburiyyətində idi.

Məlumdur ki, etnoqrafiyanın, tarixin, mədəniyyətin, sosial-iqtisadi inkişafın, uzun müddətli müxtəlif əlaqələrin, birinin digərinə təsirinin, oxşar təsərrüfatların, ümumi yollardan istifadənin insan həyatına, məişətinə, mədəniyyətinə böyük təsiri olmuşdur. Olduqca uzun proses nəticəsində mədəniyyətdə, insan əməyində dəyişiklik baş vermiş, bir xalq (tayfa) məhv

olmuş, digəri yaranmış və yeni sərhədlər müəyyən olunmuşdur.

Bir qədər əvvəlki tarixi dövrə - XIV-XV əsrlərə nəzər salsaq, müxtəlif tarixi ədəbiyyatları vərəqləsək, Avropa dövlətlərinin siyasi və ictimai həyatında insanlar arasında çətinliklərə, təhqirə, özbaşınalığa, vəhşi qüvvələrə tabe olmaq cəhdinə, mənəvi kütlüyə və həyatda baş verən digər mənfi cəhətlərə rast gəlmək olur. Lakin böyük Avropa ölkələri içərisində istisna hal kimi İtaliyanın inkişafını göstərmək olar. İtaliyada hələ XIV əsrdən başlayaraq, tədricən adətlərin nəcibləşməsi və mədəniyyətin inkişafı az-çox nəzərə çarpır. XV əsrdə İtaliyada mədəniyyətin, incəsənətin yüksəlişi, elmin, təhsilin inkişafı ilə yanaşı xalqa məxsus adətlər, qayda-qanunlar, dəb və etiket mövcud olub. Odur ki, "etiketin vətəni" İtaliya hesab edilir.

Etiket qaydaları tədricən İtaliyadan elm, mədəniyyət, incəsənət əlaqələri vasitəsilə Avropanın digər dövlətlərinə yayılmışdır. İtaliyanın Fransaya yürüşləri və yaxın əlaqələri nəticəsində bu ölkə etiket qaydaları ilə çox-çox əvvəldən tanış olmuşdur.

İtalyanların fransızlara təsiri XVI əsrin yarısına qədər davam etmişdir. Bundan sonra Fransada etiket, dəb vaxtın tələbinə və fransız xalqının milli xüsusiyyətlərinə görə dəyişmiş və inkişaf etmişdir.

Fransızlarda etiketin, dəbin və zövqün ən yüksək inkişaf nöqtəsi XIV Lüdviqin taxta çıxması dövrünə təsadüf edir. Kral gözəl xarici görünüşə, əla davranışa və yüksək zövqə malik idi. Kral saray qanunvericilik hüququnu əsas tutaraq, saray etikətinə uyğun əmrlər verir və ilk növbədə bunları özü yerinə yetirirdi. O, saray qaydalarına uyğun başqalarından nəzakətli olmağı, ədəblə hərəkət etməyi, gözəl xüsusiyyətlərə malik olmağı tələb edirdi.

Etiket ətraflı termin (mərasim, təşrifat) olaraq, insan davranışını hərtərəfli əhatə edir. İnsan davranışında elə adət və ənənələr var ki, bəzən təəccüblənmək

olur. Məsələn, Nepalda belə bir qayda var. Qızları 8-12 yaşında ağaca nişanlayırlar. Bu adət qədim yerli ənənələrlə bağlıdır: belə ki, bir neçə əsr bundan əvvəl kişi (ər) ölərkən, arvadını da tonqalda yandırırđılar. Ağaca nişanlama dəhşətli adət-ənənəni yandan keçmək üçün uydurmuşlar. Bundan sonra qadın subay yaşaya bilərdi. Çünki o eyni zamanda "ağacın da arvadı" hesab olunurdu.

Hər xalqın öz adət-ənənəsi olur. Məsələn, Braziliya hindlilərində evlənmək təklifini ilk dəfə qız verir. O, öz seçdiyi oğlana bir cam sıyıq gətirir. Burada üç mövqe həll edilə bilər:

- Əgər oğlan sıyığı axıra qədər yesə, deməli, toy olacaq.

- Yarısını yesə, deməli, fikirləşmək üçün möhlət verilməsini xahiş edir.

- Yeməyi qəbul etməsə, deməli, qızın təklifini qəti surətdə rədd edir.

Etiket termini mürəkkəb və hərtərəfli olduğu qədər, həm də burada hər bir xalqın, ərazinin, ölkənin, hətta şəhərin özünəməxsus qanun-qaydaları mövcuddur.

Axırıncı yüzillikdə ölkələrin, xalqların bir-biri ilə yaxınlaşması, mədəniyyətin yüksəlişi, elmin inkişafı, texnikanın tərəqqisi bəzi köhnə adətləri yeniləri (ümumi qəbul olunmuş) ilə əvəz etmişdir.

Dəqiqləşdirilməmiş məlumata görə yer üzərində 45 milyona qədər azərbaycanlı yaşayır. Onların 7 milyona qədəri Azərbaycan ərazisində, 20 milyonu İranda, qalanları isə inkişaf etmiş Avropa, Asiya və Amerika ölkələrində məskunlaşmışlar. Azərbaycan müstəqillik qazandıqdan sonra diplomatların xaricdə yaşaması, bir çox dövlətlərdə səfirliklərin açılması, turizmin genişlənməsi, ayrı-ayrı şəxslərin inkişaf etmiş dövlətlərə səyahəti, xaricə gedən və orada məskunlaşmış insanların inkişaf etmiş dövlətlərin qəbul edilmiş ümumi etiket və davranış qaydalarını yaxşı bilməsini tələb etdi.

Müasir etiketin əsas istiqamətləri:

– **Saray etiketi.** Bu şah saraylarında tətbiq edilən qayda-qanun və rəftar formalarından ibarətdir.

– **Diplomatik etiket.** Müxtəlif qəbullarda, vizitlərdə, danışıqlarda və diplomatların görüşündə özünü necə aparmaq qaydalarıdır.

– **Hərbi etiket.** Hərbi qulluqçuların fəaliyyət dairəsində özlərini aparmaq qayda və qanunlarının toplusundan ibarətdir.

– **Ümummülki etiket.** Vətəndaşların bir-biri ilə münasibətində mərasim, təşrifat, qanun və qaydalar toplusunun yerinə yetirilməsi deməkdir.

“Müasir etiket ensiklopediyası” kitabının əsas məqsədi ümummülki etiketin inkişaf etmiş dövlətlərdə mövcud qaydalarının bəzi tərəf və cəhətlərini müəyyən qədər aydınlaşdırıb, izah etməkdir.

İctimaiyyətdəki davranış qaydalarına kitabda geniş yer verilmişdir. Oxucular bəzi anlayışlardan təəccüblənməməlidirlər. Çünki inkişaf etmiş dövlətlərin və millətlərin etiketləri arasında müəyyən fərqlər var. Məsələn, ərəblərdə qadınla danışmaq və qadın haqqında danışmaq ədəbsizlik hesab olunur. Bəzi müsəlman dövlətlərində isə qadın kişi evdə olmayanda (ev sahibi) qonaq qəbul edər, ona yemək verir, lazım gələrsə, onun gecə evdə qalmasına şərait yaradar. Başqa xalqlarda isə ev sahibi evdə yoxdursa, qonaq evə daxil ola bilməz. Bu etiket qaydasının pozulması hesab olunur.

Qonaqpərvərlik bütün dünyada çox inkişaf etmiş və yayılmışdır. Kitabda qonaq qəbuluna, yeməyin süfrəyə verilməsinə, süfrə ətrafında özünü aparma qaydalarına da yer verilmişdir. Buradakı məsləhətlər çox güman ki, səyahətə çıxanlara, xaricdə yaşayan şəxslərə və diplomatlara kömək edə bilər.

Yadda saxlamaq lazımdır ki, azərbaycanlılar dünyada ən qonaqpərvər millət kimi tanınırlar. XVI əsrin əvvəllərində Şamaxıda olmuş ingilis səyyahı Antoni Cenkinsonun şərəfinə verilən ziyafətdə 290 adda ye-

məyin süfrəyə gətirilməsi xalqımızın qonaqpərvərliyinə gözəl nümunədir. Sonralar səyyah gördüklərini qələmə almış və Avropa ölkələrini Azərbaycan xalqının mədəniyyəti ilə tanış etmişdir.

Ev, ailə və uşaq problemi müasir dövrdə çox vacib bir mövzu olduğundan bu məsələlərə də kitabda geniş yer verilmişdir.

Kitabın asan oxunması üçün çox işlənən terminlərdən istifadə olunmuşdur. Kitab ensiklopedik xarakter daşıyır. Çox vaxt bir başlıq altında verilən anlayışın digəri ilə heç bir əlaqəsi olmur. Oxucuların kitabdan istifadəsini asanlaşdırmaq üçün göndərişlərdən çox az istifadə olunub. Odur ki, kitabda bəzi anlayışların başqa formada təkrarına yol verilib.

Etiket mürəkkəb və hərtərəfli olduğunu nəzərə alaraq, kitabın sonunda əlavə izahlar verilmişdir.

Kitabın məqsədi müsəlman etiketi haqqında məlumatlar vermək deyil. Müsəlman etiketinin əsasını Quran təşkil edir. Bu haqda Ayətullahul-uzma Seyid Əl Hüseyni Sistaninin “İzahlı şəriət məsələləri” kitabında geniş məlumat verilmişdir.

Hər bir xalqın etiketini yaxşı bilmək üçün ilk növbədə həmin xalqın adət-ənənələrini, mərasimlərini, təşrifatlarını öyrənmək lazımdır.

Kitabın tərtibində müxtəlif materiallardan istifadə edildiyindən müəyyən çatışmazlığa yol verilə bilər.

Redaksiya vasitəsi ilə göndərilən məlumatlara tərtibçi müəllif öz təşəkkürünü bildirir.

DAVRANIŞ MƏDƏNİYYƏTİ

KÜÇƏDƏ

Biz hər gün işə gedir, idarə, kontor, zavod, fabrik və s. iş yerlərində olur, ictimai nəqliyyatdan istifadə edirik. Həmçinin ictimai yerlərə – mağazaya, kinoya, teatra, stadiona, sərgilərə də gedirik. Məzuniyyət və ya ezamiyyət vaxtı isə cəmiyyətin içində daha çox oluruq. Odur ki, davranış qaydalarını bilməyimiz vacibdir. Nəzərə alınmalıdır ki, bundan bizim və bizi əhatə edənlərin ovqatı, əhval-ruhiyyəsi, sağlamlığı çox asılıdır.

Prospekt və küçədə nəzakətli, mədəni olmaq üçün hər bir şəxsdən müəyyən şey tələb olunur. Küçədə özünüzü necə aparmağın xüsusi qaydası yoxdur. Yalnız bizə məlum olan küçə hərəkət qaydaları vardır. Ölkəmizdə sağ tərəfli hərəkət mövcuddur. Odur ki, küçədə gedərkən, başqalarına mane olmamaq üçün sağ tərəf ilə hərəkət etmək lazımdır. Küçədə gedərkən, çalışın ki, ətrafdakılara çanta və çətilə toxunmayasınız. Səki çox enlidir, səkinin ortası və ya hərəkətin əksinə getməməlisiniz. Yadda saxlamaq lazımdır ki, səki bir nəfər üçün müəyyən olunmayıb.

Küçədəki natəmizlik, səs-küy bizi çox narahat edir. Odur ki, avtobus biletini, lazımsız dondurma kağızını, papiros kötüyünü və s. küçəyə atmaq olmaz. Bunun üçün küçələrdə kifayət qədər zibil qabları qoyulmuşdur.

Çox vaxt ucadan danışır, uşaqlara tərbiyə verərkən, səsimizi ucaldırıq.

Bəzi yeniyetmələrimiz isə küçə ilə gedərkən, maqnitofona yüksəkdən qulaq asırlar.

Yoldan keçən, hətta Sizi maraqlandırsa belə, geriye dönüb baxmayın. Barmaqla kimisə, göstərmək də pis adətdir. Başınızı o yan-bu yana çevirməklə küçədən keçənlərə toxuna bilərsiniz.

Küçədə tanışınıza rast gəlibsinizsə, salamlasın, lakin ətrafdakıları itələyib, ayaqlayıb ona tərəf atılmayın. Əgər dostunuz Sizinlə danışmaq istəyərsə, səki danışmaq üçün əlverişli yer deyil. Yoldaşınızla səkinin adam az olan yerinə çəkilin və ya yaxınlıqdakı oturmaqda əyləşib söhbət edin. Tanışınız tək deyilsə, ona yaxınlaşmaq məsləhət deyil. Bu halda onun planını pozmuş olarsınız.

Küçədə qol-qola getməyin. Bu dəbdə deyil. Digər bir tərəfdənsə, belə hərəkət narahatlıq yaradır. Belə halda kiməsə, dirsəyinizlə toxunar və onu itələmiş olarsınız.

Əgər küçə sürüşkəndirsə, təbii ki, qadının qolundan tutmalısınız.

Belə hadisələrdə tez-tez rastlaşırıq. Belə ki, küçədə gedərkən, cərgə ilə gedən dörd nəfəri dövrə vurub keçməyə məcbur oluruq.

Səki ilə gedərkən yolu kəsmək başqalarına hörmətsizlikdir. Bir-birinin arxasınca iki-iki getmək daha məqsədəuyğundur.

Səki ilə iki qadın bir kişi gedərsə, ortada kişi və yaxud iki kişi bir qadın gedərsə, qadın ortada getməlidir. Qadına iki kişi arasında getmək rahatdırsa, kişinin iki qadının arasında getməsi narahatlıq yaradır. Kişi hər iki qadına diqqətli olmalıdır. Kişi bir qadına müraciət edəndə, təbii olaraq, o birisindən üz çevirməlidir. Bu da sadəcə, tərbiyəsizlikdir (ədəbsizlikdir). Beləliklə, kişinin sol tərəfdə yer tutması məqsədəuyğundur. Əgər Sizinlə yaşlı qadın gedirsə, onun yeri ortada olmalıdır. Sağda qadın, solda isə kişi getməlidir.

Sizdən irəlidə gedəni necə ötüb keçməli? Qabaqda gedəni sol tərəfdən, qarşıdan gələn isə sağ tərəfdən keçməlisiniz. Bunları elə etməlisiniz ki, onlara toxunmayasınız. Əgər toxunsanız üzr istəməlisiniz. Səki ensizdirsə, kişi qadına, qocaya yol verməlidir, lazım gələrsə, səkidən düşməlidir. Yaşca kiçiklər böyüklərə yol verməlidirlər.

Sizdən kömək istəyənlərə, laqeyd olmayın, onları təhqir etməyin, soruşulan yeri dəqiq bilirsinizsə, nəzakətlə cavab verin.

Məlumat almaq üçün müraciət etdiyiniz şəxsdən üzr istəməli və təşəkkür etməlisiniz.

Çanta və portfel heç kəsə toxunmasın deyə, onu sağ əldə tutmalısınız.

Yazda və payızda hamı özü ilə çətir gəzdirir. Yağış yağmırsa, heç kəsə toxunmamaq üçün o şaquli vəziyyətdə tutulur. Qadın çətiri bağı ilə biləyə keçirir. Çətiri yelləyə-yelləyə və ya üfüqi vəziyyətdə aparmaq olmaz. Bu vəziyyətdə çətir kiməsə toxunar, iti yeri kimisə yaralayar və paltarını cıra bilər. Belə halda cavab verməli olarsınız və məsuliyyət daşıyarsınız.

İzdihamlı küçələrdə çətiri açıq şəkildə başınız üzərində tutubsunuzsa, başqasının papağına toxunub yerə salmamaq üçün xüsusilə ehtiyatlı olmalısınız. Çətirin suyu özgəsinin üstünü islatmasın deyə, daha diqqətli olmalısınız.

Kişi ilə qadın bir çətirin altında gedirsə, onu kişi tutmalıdır. Çətir elə tutulmalıdır ki, qadının paltarı islanmasın.

Küçədə papiros çəkmək məsləhət deyil. Lakin kişilərin çoxu küçədə papiros çəkirlər. Yaxşı olar ki, papirosu gedə-gedə çəkməyəsınız. Nəzərə alın ki, ətrafdakılara papiros tüstüsünün ziyanı var. Qadınların küçədə papiros çəkməsi xüsusi ilə pis qarşılanır. Bu qadının ədəbsizliyini göstərir.

Papirosu alışdırmaq üçün küçədə yaşlılardan və qocalardan od istəmək düzgün deyil. Papirosu yandırarkən, başqasının papirosunu (siqarını) əlinizə almayın, əlinizlə ona toxunmayın. Papirosu yandırıb, təşəkkürünüzü bildirin və yolunuza davam edin.

Papirosu yandırmaq üçün xahiş edənlərə tüstülənən papirosun yerinə kibrit və ya alışqan təklif etmək daha münasibdir.

Küçədə piroq, alma və ya buterbrod yemək yaxşı

deyil. Yeməyə ehtiyac hiss edirsinizsə, lakin yaxınlıqda qəhvəxana yoxdursa, gediş-gəliş az olan yerə, köşkün arxasına və ya yaxınlıqdakı bağa çəkilə bilərsiniz. İctimai nəqliyyatda yemək düzgün deyil. Metroya və digər nəqliyyata dondurma ilə daxil olmaq qadağandır.

Küçədə başqalarının diqqətini cəlb etməmək üçün ucadan gülmək, qışqırmaq və əl-qolla danışmaq olmaz.

Bir kişi iki qadını müşayiət edirsə, hər ikisi kişi ilə qol-qola gedə bilər. Ancaq bir qadın iki kişi ilə eyni vaxtda qol-qola gedə bilməz. Bu halda bir nəfər qadının qolundan tutmalı, digəri isə onların yanında getməlidir.

Təsadüfən çaydan və ya arxdan keçməlisinizsə, qadından qabağa keçin və ona kömək edin.

Çətirin altında gedərkən, onu elə tutmaq lazımdır ki, irəlini görə biləsən və qarşıdan gələnlə toqquşmayasan.

Əgər aramsız yağış yağırsa, kişi qadına çətirinin altında bərabər getməyi təklif edə bilər. Belə təklifi qadın kişiye etməməlidir.

Evdən ananız və ya yaşlı qadın ilə çıxıbsınızsa, sağ tərəfi onlara verməlisiniz. Həm də öz addımlarınızı onların addımları ilə bərabərləşdirməlisiniz. Hətta onlara kömək məqsədi ilə əlindən tutmağı da təklif edə bilərsiniz.

Kütləvi gəzintidə elə mövzu ətrafında söhbət aparmaq lazımdır ki, qulaq asanlar sözlərinizi təhlil etməsinlər və bir nəticə çıxarmasınlar.

Əgər şəxsiyyətli adamı müşayiət edirsinizsə, onu heç bir vaxt qabaqlamayın. O dayananda Siz də dayanmalısınız.

Hörmət etdiyiniz qadına nəzakətlə yol verməlisiniz.

Toplanışda ehtiyatsızlıq edib, kiməsə toxunubsunuzsa, mütləq ondan üzr istəməlisiniz.

Kiminsə geyimi, saçının düzümü, xarici görü-

nüşü xoşunuza gəlsə də, gəlməsə də, dönüb ona arxadan baxmaq lazım deyil.

Yanınızdan ötənləri müzakirə etmək, onu əl ağacı və barmaqla göstərmək ədəbsizlik hesab olunur.

Kişi tanış qadına rast gələndə, onu yolda dayan-dırmamalıdır. Yalnız öz istiqamətini dəyişib, qadına yaxınlaşmalı, gedə-gedə onunla söhbət etməlidir.

Qadının icazəsi olmadan onu çox uzaq məsafəyə ötürmək lazım deyil. Onunla bir neçə kəlmə danışdıq-dan sonra vidalaşib, uzaqlaşmaq lazımdır.

Küçədə tanış qadınla rastlaşarkən, Sizi tanıyaca-ğına əmin deyilsinizsə, salam verməyə və baş əyməyə tələsməyin. Kişi gözləməlidir ki, qadın öz hərəkəti ilə onu tanıdığını bildirsin.

Əgər kişinin müşayiət etməsi uzun çəkərsə, onda qadın kişiye çox yüngül təzim etməklə, xudahafizləş-məli və ya söhbəti kəsib kişinin uzaqlaşmasını anlatma-lıdır. Kişi bunu başa düşməzsə, bu halda qadın çox so-yuq tərzdə təzim edib, iti addımlarla ondan uzaqlaşma-lıdır.

Qadın əlində bağlama və ya kitab aparırsa, onu müşayiət edən kişi köməyini təklif etməlidir. Əgər qa-dın razı olmasa, onda baş əyib onun iradəsinə tabe ol-malıdır.

Papiros çəkən vaxt tanış qadına rast gəlibsinizsə, papirosu atıb, sonra qadına yaxınlaşın.

Qadın qarşıdan gələnlərin, xüsusilə, kişilərin üzünə diqqətlə baxmamalıdır.

Qadın, xüsusilə cavan qadın, tanış kişiləri görən-də (onların arasında əvvəldən yaxın tanışlıq yoxdursa) dayanmamalıdır. Əgər qadının kişiye vacib sözü varsa, o, birinci dayanıb sözünü deməli və sərbəst hərəkəti üçün ondan üzr istəməlidir.

Sizə çox yaxın olmayan adamla görüşəndə, ona hardan gəlib, hara getdiyi barədə sual verməməli və di-gər məsələlərlə maraqlanmamalısınız.

Nəhayət, bir şeyi xatırlatmaq istəyirik. İctimai

yerlərə getməyə hazırlaşarkən, evdə ayna qarşısında üzünüzün səliqəsinə, saçınızın daranmasına, ayaqqabı-nızın təmizliyinə və s. fikir verməlisiniz. Yaddan çı-xarmayın ki, evdən çıxarkən, açar, pul və sənədlər götürülməlidir.

ŞƏHƏR NƏQLİYYATI

İctimai nəqliyyatdan istifadə edərkən, vətəndaşlar bir-birlərinə daha yaxın dayanır, bəzən isə aralarında ünsiyyət yaranır. Bu halda olduqca sadə qaydaları gözləməli, ehtiyatlı, ədəbli və nəzakətli olmalıyıq. Metroya, tramvaya, trolleybusa, avtobusa daxil olmazdan əvvəl düşənlərə yol verməliyik. Hətta növbəti dayanacaqda düşməli olsanız belə avtobusun giriş qapısında dayanmayın və irəli keçin. Tez düşəcəksinizsə, axırda minmək yaxşı olar.

Kişi qadınları, qocaları, əlilləri qabağa buraxmaqlı, avtobusa qalxarkən, onlara kömək etməlidir.

Əgər vaqon doludursa, qolları yuxarı qaldırmayın və əlləri cibdə saxlayın. Dirseyinizi yanınızdakıların çiyinə qoymayın, qollarınızı açıb, tutacaqdan tutmayın. Çiyənizə iri çanta keçiribsinizsə, onu çıxarıb, ayaqlarınıza yaxın yerdə qoyun.

Nəqliyyatda kişi qadını irəli buraxıb, ona pillələrdən çıxmağa kömək etməlidir.

Sizin gecikib-gecikməməyinizdən asılı olmayaraq, başqalarını itələyib çıxışa getməyin.

Mədəni şəxs salona daxil olarkən, boş yerdə əyləşmək üçün tələsməməlidir. Salona daxil olanlar arasında qoca və qadın olarsa, ilk növbədə onlar irəli buraxılmalıdır.

Gənc oğlan və ya qızlar ilk növbədə əlillərə, qocalara, uşaqlara və hamilə qadınlara yer verməlidirlər.

Kişi qadına həmişəmi yer verməlidir? Nəzakətli adam buna mütləq əməl etməlidir. Ancaq işdən yorğun qayıdan kişidən qadınlara yer verməsini tələb etmək olmaz. Lakin qocalara, uşaqlı gənc analara, hamilə qadınlara mütləq yer verilməlidir.

Qadın kişiləri utandırmaq üçün onlara yer verməməlidir. İstisna hallarda gənc qız yaşlı kişiye əyləşməyi təklif etməlidir.

İctimai nəqliyyatda yer təklif olunan şəxs ədəblə,

nəzakətlə və təbəssümlə təşəkkür etməli, yer verən isə gülümsəyərək, razılığını bildirməlidir.

Sizə yer təklif olunarsa, uca səsle etiraz etmək ədəbsizlikdir, çünki bununla yer təklif edənə pis vəziyyətdə qoyar, ətrafdakıların diqqətini həmin şəxsə cəlb etmiş olarsınız.

Yer təklif edən "oturun", "xahiş edirəm, əyləşin" kimi sözlər də işlədə bilər. Təklifi qəbul edib, ədəblə təşəkkürünüzü bildirməlisiniz. Təklif olunan yerdən səbəbsiz imtina etmək ədəbsizlikdir. Yaxşı olar ki, "çox sağ olun, mən növbəti dayanacaqda düşəcəyəm", – deyə ona təşəkkürünüzü bildirəsiniz.

Həyat yoldaşınızla və ya tanış qadınla gedirsinizsə, yer təklif edənə hər ikiniz təşəkkür etməlisiniz.

Yeniyetmələrə və tələbələrə nəqliyyatda yer verilmir. Əksinə, onlar böyüklərə yer verməlidirlər.

İctimai nəqliyyatda spesifik iyli yeməkdən istifadə etmək olmaz. Salona dondurma ilə daxil olmaq qadağandır. Tum sevnələrə nəqliyyatda yer yoxdur.

Əyləşərkən, ayaqlarınızı keçidə tərəf uzatmayın. Oturarkən, yayılmayın, ayağınızı ayağınızın üstünə aşırıb, keçənlərə mane olmayın.

Özünüz və əlinizdəki qəzet və kitab yanınızda əyləşənlərə toxunmayın deyə, diqqətli olmalısınız.

Qonşunuzun oxuduğu qəzet və ya jurnal Sizi maraqlandırsa da, onun çiyini üstündən baxmaq ədəbsizlikdir.

Vaqonda və ya salonda sərnəşin az olsa belə, burada saç daramaq, dodaq boyamaq və s. yaxşı deyil.

Əlinizdə çanta və portfel varsa, onu yanınızdakı boş yerə (oturacağa) deyil, dizinizin üstünə və ya ayağınızın yanına qoyun. Çünki bir tərəfdən əyləşmək istəyən şəxs "şeylərinizi oturacaqdan götürün", – deməyə utana bilər, ikinci bir tərəfdən isə çantanız həm oturacağı, həm də əyləşənlərin paltarını ləkələyər.

Kiməsə çox yaxından baxmağınız həmin şəxsin narahatlığına səbəb ola bilər.

Yağışlı və qarlı havalarda çətininizi silkələyin və avtobusun salonuna daxil olun. Çetiri ya örtüyə keçirin, ya da selofana bükün.

Validəymlər nəqliyyatda uşaqların özlərini necə aparmasına fikir verməlidirlər. Uşaqlar ətrafdakıları narahat etməməli, oturmağa ayaqqabı ilə çıxmamalıdırlar. Uşaqlarınızın pəncərədən baxması üçün sərnəşinlərdən yer verməsini tələb etməyin və onlara ucadan danışmağa icazə verməyin.

Validəymlər uca səslə uşaqları təmbəh etməməli, onların vaqonboyu o yan-bu yana qaçmasına icazə verməməlidirlər. Uşaq həttə ağlasa belə, nəqliyyatda onlara konfet, peçenye və başqa yemək verilməməlidir.

Vaqondan, trolleybusdan, tramvaydan düşərkən, kişi müşayiət etdiyi qadının, gənc qadın isə qoca qadının düşməsinə kömək etməlidir. Eyni zamanda nəqliyyatdan düşən sərnəşinlərə maneçilik törətməməlidirlər.

İctimai nəqliyyatdan istifadə edərkən, gediş haqqını ödəməyi yaddan çıxarmayın. Əvvəl talon və ya xırda pul hazırlayın. Əgər tanışınız Sizin gediş haqqınızı ödəyibsə, onunla mübahisə etmək yersizdir.

İctimai nəqliyyata kəsici alətlərlə, yanğın törədən təhlükəli materiallarla, başqasının paltarlarını çirkləndirə bilən əyin-başla, eləcə də, boya məmulatı ilə minmək qadağandır.

İctimai nəqliyyatda ucadan danışmaq, əl-qol atmaq ədəbsizlik sayılır.

Xəstələnməyirsinizsə, öskürürsünüzsə və ya zökəmsinizsə, ictimai nəqliyyatda getmək məsləhət deyil. Nəqliyyatda gedərkən, özünüzlə dəsmal götürün ki, öskürəndə və asqıranda ağzınıza tuta bilərsiniz. Çünki xəstəliyi ətrafdakılara yoluxdura bilərsiniz. Xəstə uşaqları ictimai nəqliyyatda aparmayın.

Taksidə özünüzü aparmaq qaydaları yuxarıda deyilənlərdən o qədər də fərqlənmir. Ancaq sürücü sükan arxasında əyləşib, maşını idarə edərkən, onu

söhbətə tutmaq, məsləhət vermək, tələsdirmək və diqqətini işdən yayındırmaq olmaz.

Taksidə arxada əyləşmək məsləhətdir.

Maşına sağ tərəfdən daxil olubsunuzsa, qadının birinci əyləşməsinə imkan yaradın. Bu kişinin tez düşüb, qadına kömək etməsi üçün münasibdir.

Kişi sürücünün yanında oturmamalıdır. Yaxşı olar ki, kişi arxada – qadının yanında əyləşsin.

Azərbaycan Respublikası Prezidentinin
İctimai İdarəsinin
KİTABXANASI

MAĞAZADA, BAZARDA

Hesablamalara görə, ərzaq və başqa tələbat mallarını almaq üçün hər bir şəxs gün ərzində iki saata qədər vaxt sərf edir. Mağazaya demək olar ki, əksər adamların yolu düşür. Bu sadə, o qədər də çətin olmayan işə yalnız çanta və pul lazımdır.

Mağaza hətta yaşadığınız binanın birinci mərtəbəsində olsa belə, ev paltarınızı və ayaqqabınızı dəyişməlisiniz. Mağazaya iş paltarında, yağlı, əhəngli, boya ilə ləkələnmiş geyimdə daxil olmaq ədəbsizlikdir. Mağazadan aldığınız şeylər başqalarının paltarını çirkləndirməsin deyə, ehtiyatlı olmalısınız. Mağazada piştəxt yanında çantanızdan selofan axtarmamaq üçün evdən hazır getməlisiniz.

Mağazaya daxil olmamış, siqareti söndürün, dondurmanı, yaxud pirojkini yeyib qurtarın. Sevimli itinizi isə mağazanın yanında bağlayın. Oradan çıxanları itələməyəsınız. Əksinə, ilk növbədə, onlara yol verin. Çünki bu Sizin üçün də yaxşı olar. Adətən, mağazadan çıxanların əli dolu olur. Odur ki, onlara kömək üçün çıxış qapısını tutsanız pis olmaz. Qocaları, uşaqlı qadınları, əlilləri növbədənkənar buraxmaq məsləhətdir.

Növbədəkilər arasında dost-tanışlarınızdan qabaqda dayanan varsa, ondan Sizi irəli buraxmasını xahiş etmək mədəniyyətsizlik sayılır. Bununla Siz dostunuzu pis vəziyyətdə qoyarsınız. Növbədə dayananlar isə Sizin bu hərəkətinizdən narazı qalarlar.

Ehtiyatlı olun, qabaqda dayananları itələməyin. Çünki bu hərəkətinizə görə növbədə dayananlar Sizi təhqir edə bilərlər.

Mədəni adam qabaqda dayananı "qurtarın, nə qədər qurdalanmaq olar",- deməkdənsə, ona aldığı şeyləri zənbilə yığmaqda kömək etməlidir.

Mağazadan nə alacağınızı əvvəlcədən müəyyənləşdirməlisiniz. Axı Siz tək deyilsiniz. Çalışın ki, növbədə dayananların vaxtını almayasınız.

Satıcıyı əsəbləşdirməyin, onlarla mehriban danışın.

Həmişə satıcıdan nəzakətli olmağı tələb edirik. Lakin yaddan çıxarıyıq ki, gün ərzində bəzi alıcılar satıcılarla kobud rəftar edir, onları əsəbləşdirirlər.

Satıcıya "Siz", - deyə müraciət etməlisiniz.

Mağazanın bağlanmasına beş dəqiqə qalmış alıcının içəri daxil olması yaxşı deyil.

Bir şeyə baxmaq istəyirsinizsə, satıcıya nəzakətlə müraciət edin: "xahiş edirəm, bunu mənə göstərin", "icazə verin, baxım" və s.

Satıcıdan məsləhət almaq üçün onun vaxtını çox almayın. Ola bilər ki, satıcının təklif etdiyi şey Sizin xoşunuza gəlməsin. Bu vaxt göstərilən şeyə qiymət verməməlisiniz. Pulunuzun az olduğunu bildirməlisiniz. Malı qaytarıb, bura bir də baş çəkəcəyinizi söyləməlisiniz.

Asudə vaxtlarınızda sənaye malları mağazasına gedirsinizsə, almayacağınız şeylərə əlinizi vurmayın. Əgər nəse almaq fikriniz varsa, yalnız bu vaxt ona hər tərəfli baxa bilərsiniz. Baxdığınız şeyləri almağınız vacib deyil. Bir şərtlə ki, "bu mənə yaraşmır" ifadəsiylə onu satıcıya qaytarıb təşəkkür edəsiniz.

Mağazadakı şeylərə ehtiyatla toxunmaq lazımdır. Onları əzmək, çirkləndirmək olmaz. Ərzaq məhsullarına əllə toxunmaq düzgün deyil (bunun üçün xüsusi çəngəl və qaşıqdan istifadə olunmalıdır).

İctimai yerlərdə olduğu kimi, mağazada da uca-dan danışmayın. Həyat yoldaşınızla mübahisə etməyin. Çünki bu hərəkətlərinizlə yanınızdakılara mane olarsınız. Problemlərinizi evdə, yaxud kənara çəkilib, həll etməyə çalışın. Başqalarından "kömək" gözləməyin. Yadda saxlayın ki, əhatənizdəkilər ailənizdəki və işinizdəki problemlərlə qətiyyətlə maraqlanmırlar və onları heç vaxt həll edə bilməzlər.

Nəzakətli və ədəbli olmaq eyni zamanda satıcılara da aiddir. Onlar da hər bir şəraitdə alıcılara qarşı nəzakətli olmalı, etdikləri hərəkətlərin cavabdehliyini dərk etməli və əsəblərini cilovlamalıdırlar.

EZAMİYYƏTDƏ

Ezamiyyətdə, məzuniyyətdə olarkən, yaşadığınız mehmanxana müvəqqəti evimiz hesab olunur.

Ezamiyyətdə olanlar çox vaxt yad şəhərdə özlərini narahat hiss edirlər.

Odur ki, ezamiyyətə yola düşməzdən əvvəl çalışın ki, mehmanxanada Sizə yer sifariş etsinlər. Yaxud özünüz telefon vasitəsilə inzibatçıya sifariş edib, hansı vaxt gələcəyinizi və həmin mehmanxanada neçə gün qalacağınızı bildirə bilərsiniz.

Mehmanxanada qeydiyyatdan keçmək üçün inzibatçıya müraciət etmək lazımdır. O, Sizin bütün sənədləri tərtib edəcək. Əksər mehmanxanalarda yaşayış xərci ya əvvəldən, ya da oranı tərk edəndə alınır. İlk növbədə hər bir şəxs yadda saxlamalıdır ki, o burada qonaqdır və özünü mədəni aparmalıdır, nizam-intizamə əməl etməlidir.

Yaşayacağınız otağın açarını cibinizdə gəzdirməyin. Otaqdan çıxanda onu inzibatçıya, yaxud növbətçiye təhvil verin.

Mehmanxana nömrəsində yemək hazırlamağa icazə verilmir. Çayı və qəhvəni Sizə növbətçi də hazırlaya bilər. Nömrədə xörək yemək məsləhət deyil, çünki otaqda bunun üçün istənilən şərait olmur. Buna görə də yemək üçün bufətdən və ya restorandan istifadə etsəniz yaxşı olar. Adətən, nümunəvi mehmanxanalarda qonaqlara nömrədə xidmət göstərilir. Belə mehmanxanalarda səhər, nahar və şam yeməklərini, qəhvə və çayı, eləcə də, təzə qəzetləri sifariş edə bilərsiniz. Bunlar əlavə xərc tələb edir.

Bir qayda olaraq, mehmanxanalarda elektrik cihazlarından istifadə etmək qadağandır.

Mehmanxanada yaşayanlar nömrədəki mebellərə, radio cihazlara cavabdehirlər.

Nömrədə qoyub getdiyiniz qiymətli əşyalara inzibatçı cavabdeh deyil.

Günorta nömrənin azad olunma vaxtıdır. Nömrəni günortadan sonra tərk edəcəksinizsə, onda bütün günün hesabını ödəməlisiniz.

Mehmanxanadakı davranış qaydaları başqa ictimai yerlərdəki davranış qaydalarından fərqlənmir.

Qonaqların xidmət edənlərdən narazılığı ola bilər. Onlardan nəse tələb edərkən, bir qədər nəzakətli olmalısınız. Mehmanxanada yaşamaq hələ heç kimə özünü kobud aparmağa əsas vermir.

Eyni nömrədə yaşadığınız şəxsle tanış olmalısınız. Bu halda adətən, axıncı gələn özünü təqdim etməlidir. Otaq qonşunuz yatmaq istəyirsə, Sizə yatmadan əvvəl bir qədər mütlə ilə məşğul olacaqsınızsa, onda adətinizdən əl çəkməməlisiniz. Qonşunuz bunu Sizdən tələb edə bilərmi? Keyr. Belə halda qonşunuzdan cərpayınızın yanındakı lampanı yandıraraq mütlə ilə məşğul olmağınıza etiraz etməyəcəyini öyrənməlisiniz.

Mədəni şəxs mehmanxanada otaq qonşusunu səbəbsiz yerə narahat etməməlidir. Əgər nömrəyə vaxtsız gələcəksinizsə, əvvəldən xəbərdarlıq etməlisiniz.

Mədəni şəxs nömrədə tək yaşasa belə, paltarlarını və əşyalarını ora-bura atmamalı, yemək qırıntılarını masa üzərində qoymamalıdır.

Nömrədə qonaq qəbul etmək olar. Lakin otaq qonşunuza xəbərdarlıq etməlisiniz. Saat 23-dən sonra növbətçi qonaqdan nömrəni "tərk etməsini" tələb edə bilər. Odur ki, qonağı bir qədər əvvəldən yola salmaq məsləhətdir.

Mehmanxana işçilərinə əlavə pul ödəməklə paltarlarınızı səliqəyə saldırmaq və çəkmənizi təmizlədə bilərsiniz. Məişət otağında paltarlarınızı özünüz də qaydaya sala bilərsiniz.

Nömrədə şəhərlərarası telefon danışığı aparırınsa, onu ödəməyi yaddan çıxarmayın.

Yatarkən xoruldayırınsa, axşamdan qonşunuzdan Sizi oyatmasını xahiş edin. Çünki xorultunuz onun yatmasına mane olar və narahatçılıq yaranar.

Nahar və şam yeməyini mehmanxana restoranında keçirəcəksinizsə, geyiminizə xüsusilə fikir verməlisiniz. Masa arxasında ev başmaqları ilə oturmaq yolverilməzdir. Restorana pijamada daxil olubsunuzsa və Sizə xidmət göstərilərsə, bundan təəccüblənməyin.

Sizin müvəqqəti eviniz olan mehmanxanadanı tərk edərkən, növbətçi və inzibatçı ilə xudahafizləşməyi yaddan çıxarmayın. Lazım gələrsə, təşəkkür də etməlisiniz.

Sanatoriyada, istirahət evində nahar və şam yeməyinin vaxtı dəqiq müəyyənləşdirilir. Sizin bu saatda buraya gəlib-gəlməməyiniz öz işinizdir, lakin gecikmək ədəbsizlikdir. Sanatoriyanın, istirahət evinin, pansiyonun yeməxanasına səliqəli və daranmış saçda getmək lazımdır. Burada xüsusi geyim tələb olunmasa da, yeməxanaya çimərlik paltarında gəlmək yaxşı deyil. Səhər, nahar və şam yeməyinə mehmanxana restoranına gedəcəksinizsə, bir qədər təmtəraqlı geyinsəniz yaxşı olar.

UZAQ YOLDA

Səyahətə çıxarkən, uzaq yol gedərkən, vaqonun kupesi, gəminin kayutu və təyyarənin salonu qısa bir müddətə evimiz hesab olunur. Səyahət edən səyahətin bütün xoş təəssüratını ətraflı düşünsə, özünü yaxşı hiss edər, müəyyən qanun-qaydaları gözləməklə rahatlıq tapar və səfərini uğurla başa çatdırar. Səyahətə çıxarkən, ətrafınızda xeyli adam ola bilər. Ona görə də belə yerlərdə özünü necə aparmaq qaydalarını bilmək vacibdir.

Qatarla yol gedəcəksinizsə, hansı geyimdə və paltar da daha yaxşı görünəcəyinizi əvvəldən düşünməlisiniz.

Yola qırış götürən paltar geyinməyin. Şəxsi səndələri, pulu, bileti və digər lazımı şeyləri çamadanda üstədən yerləşdirin ki, vaqonda hamının yanında oradan nə isə axtarmayasınız.

Əgər yola qatarla çıxacaqsınızsa, vağzala bir qədər tez gəlmək lazımdır. Bununla Siz həm qatarda rahatlanar, həm də yüklərinizi yerbəyer edə bilərsiniz. Vaqona kişi birinci qalxmalı, yükləri boş yerdə yerləşdirib, sonra qadınların və qocaların vaqona qalxmasına kömək etməlidir.

Səfərə çıxanları yola salanların kupeyə daxil olması vacib deyil. Onlar ya vaqonun dəhlizində, ya da peronda dayanmalıdırlar.

Yol gedənlərə gül hədiyyə vermək lazım deyil. Bu artıq yüküdür. Yaxşı olar ki, onlara təzə qəzet və şəkilli jurnal təklif edəsiniz.

Kupeyə daxil olarkən, hamı ilə salamlaşmalısınız. Özünü və yanınızda gələnləri təqdim etmək vacib deyil. Qatarda hər bir şəxs biletdə qeyd olunmuş yeri tutmalıdır. Mədəni şəxs alt yerləri qocalara və uşaqlı qadınlara təklif edir. Yükləri yerləşdirmək üçün onlara həm də kömək etmək lazımdır. Yüku kupədə elə yerləşdirmək lazımdır ki, sərnişinlərə mane olmasın. Ku-

pe dörd, plaskart isə altı nəfərlikdir. Təbii ki, hər bir şəxsin özünəməxsus xarakteri və maraq dairəsi olur. Odur ki, pəncərəni açmaq və ya söhbət etmək istədikdə başqalarının da rəyini öyrənmək gərəkdir.

Qatarda paltar dəyişmək lazımdır mı? Bu gedəcəyiniz yoldan asılıdır. Əgər yaxın məsafəyə gedəcəksinizsə, bu o qədər vacib deyil. Yol gedərkən, çalışın ki, paltarınız əzilməsin və görkəmini itirməsin. Uzaq yol gedəcəksinizsə, qatarda geyinmək üçün paltar götürün. Qatarda pijama və ya mətbəx xalası geyinmək yaramaz. Ayağınızda rahat ayaqqabı olmalıdır. Yola nim-dəş ev başmağı ilə çıxmayın.

Yol yoldaşı ilə tanış olmaq və söhbət etmək o qədər də vacib deyil. Yolboyu kitab oxumaq, yuxulamaq mədəniyyətsizlik deyil. Boşboğazlıq etmək, çox danışib zəhlə tökmək tərbiyəsizlik əlamətidir.

Kupədə uşaqlar varsa, sənişinlər diqqətli və səbrli olmalıdırlar. Uşaqlar şıltaqlıq edərlərsə, sənişinlər hövsələdən çıxmamalı, əsəbləşməməlidirlər. Valideynlər onları vaqonda təmbeh etməməli, danlamamalı və cəzalandırmamalıdırlar. Uşaqlara acıqlanmaq, onları ağlatmaq olmaz. Nəzərə almaq lazımdır ki, vaqon uşaqları tərbiyə yeri deyil.

Əgər kupədə südəmər uşaq varsa, belə halda daha diqqətli olmalısınız. Lazım gələrsə, körpələrin valideynlərinə köməyinizi təklif etməlisiniz.

Kəskin iyli və tez xarab olan xörəyi yola götürmək lazım deyil. Yol üçün salfetka götürməyi də unutmayın. Masanı salfetka ilə örtün ki, təmiz qalsın. Yemək yeyərkən, döşəməyə zibil tökməyin. Kağız qırıntılarını, boş şüşələri zibil üçün nəzərdə tutulan qablara atmaq lazımdır. Vaqonun pəncərəsindən su butulkasını atmaq olmaz. Çörək qırıntılarını yerə atmaq günahdır. Yeməkdən qalan artığı büküb çantanıza qoyun. Masanın üstündə heç nə saxlamayın. Çünki masa başqasına da lazım olur. Bəzi sənişinlər alt yeri tutarkən, elə zənn edirlər ki, masa yalnız onlara məxsusdur.

Odur ki, yemək paketlərini və özlərinə məxsus əşyaları masanın üstünə yığırlar.

Vaqonda təmizliyi gözləyin. Yol üçün götürdüyünüz yeməkdən kupədəki yoldaşlara vermək vacib deyil. Lakin istəsəniz onlara meyvə, şirə, konfet təklif edə bilərsiniz. Təklifi qəti surətdə rədd etmək yaramaz. Ancaq məcburən nəse vermək də düzgün deyil.

Vaqonun restoranında nahar edəcəksinizsə, vaxtınızın çoxluğuna baxmayaraq, naharı tez qurtarmalısınız. Nəzərə alın ki, Sizdən başqa da restoranda nahar etmək istəyənlər çoxdur.

Kupədə ayaqqabısız gəzməyin. Vaqonda pijamada, maykada gəzişmək və bu vəziyyətdə yenicə tanış olduğunuz adamlarla söhbət etmək yaxşı deyil. Kupe müvəqqəti eviniz hesab edildiyindən, burada saç darımaq, kosmetikadan istifadə etmək, dırnaq təmizləmək yaxşı deyil.

Qatarla yol gedənlər adətən, tez yatırırlar. Gecələr uzun-uzadı söhbət etmək, maqnitofona qulaq asmaq, kart oynamaq və s. yaramaz. Yol yoldaşın yatmağa hazırlaşarsa, mütləq vaqonun dəhlizinə çıxmalısən ki, o, yatağını rahatlasın, paltarını dəyişsin.

Üst qatda yeri olanlar rahatlandıqdan sonra aşağıdakılar yerləşməlidirlər. Vaqonda boşboğazlıq etmək və başqalarını söhbətə tutmaq yaxşı deyil. Yatmadan qabaq özünüə aid lampa işığında kitab oxumaq olar. Əgər yata bilmirsinizsə, sübhədən durub, yatanları narahat etməməlisiniz. Şəhərin açılmasını gözləməlisiniz.

Vaqonda papirosu yalnız onun üçün ayrılmış xüsusi yerdə çəkmək olar. Kupədə və dəhlizdə papiros çəkməyə, spirtli içkidən istifadə etməyə, söyüş söyməyə və ədəbsiz danışığa yol verilmir.

Yola çıxarkən, mübahisə etmək, uca səslə nəyi isə müzakirə etmək lazım deyil.

Yol yoldaşınız ürəyinizcə olmasa da, onun yanında özünüzü ədəbli və nəzakətli aparmalısınız.

Qatardan düşməzdən əvvəl özünüzü səliqəyə sa-

lın. Saçınızı darayın, əl-üzünüzü yuyun. Yol yoldaşlarınızla heç bir söhbətiniz olmasa da, onlarla qısa müddətdə yol gedibsinizsə, mütləq kupedən çıxanda xudahafizləşməlisiniz.

Qadın kişi ilə birgə gedirsə, kişi əvvəl yükləri düşürməli, sonra isə qadının düşməsinə kömək etməlidir.

Təyyarədə. Təyyarədə özünü necə aparmağın xüsusi qaydası yoxdur. Qatarda olduğu kimi, təyyarədə də özünüzü ədəbli və nəzakətli aparmalısınız. Burada yalnız bir fərq var ki, təyyarədə yerinizi heç kəsə vermirsiniz. Əgər xahiş edən olarsa, uşaqlı qadınlara, qocalara, dostunun yanında əyləşmək istəyənlərə güzəştə gedə bilərsiniz.

Təyyarənin salonunda papiros çəkmək qəti qadaandır. Sərnişinlər təyyarədə ekipajın və mülki aviasiyanın təlimatlarının tələblərini yerinə yetirməlidirlər. Uçuş qaydalarını yerinə yetirərkən, sərnişinlər ilk növbədə təhlükəsizlikləri üçün təminat yaradırlar. Təyyarədə "papiros çəkmək qadağandır", "qayıışı bağla" elanları yalnız sərnişinlərin və ekipajın təhlükəsizliyi üçündür.

Təyyarədə təkərlərin açılmaması və təyyarəçiyə inamsızlıq barədə xoşagəlməz söhbətlər aparmaq məsləhət deyil.

Uçuş uzun müddət davam edərsə və Sizə eyni dəst qab-qacaqda menyu təklif edilərsə, narazılıq etməyiniz yaxşı deyil.

Təyyarəyə yalnız vacib şeylər, tələb olunan sənədlər və pul götürülməlidir. Digər əşyaları isə yüklə birgə təhvil vermək lazımdır.

Yanınızda əyləşən şəxslə söhbət etmək vacib deyil. Yalnız ümumi mövzular ətrafında söhbət etməklə uçuş vaxtını qısalda bilərsiniz.

Təyyarədə Sizə xidmət göstərən stüardessalara təşəkkür etməyi yaddan çıxarmayın.

Gəmidə. Ən uzun gediş gəmidə olur və çox vaxt o səyahətə çevrilir. Gəmi yalnız nəqliyyat növü deyil, o kompleks ictimai otaqlardan ibarətdir. Gəmi kayutu, yeməxanayı (restoranı), salonları və s. özündə birləşdirir.

Böyük gəmilərdə istirahət etmək üçün xüsusi otaqlar, hovuz, tennis kortu, idman zalı da olur.

Dəniz xəstəliyi olan şəxs mütləq bu barədə yol yoldaşına xəbərdarlıq etməli, özünə nəzarəti gücləndirməli, xəstəliyin əlamətləri hiss olunan kimi özünü ayaqyoluna çatdırmalıdır.

Səyahətə çıxanların hər birinin yeməxanada öz yeri olur. Ofisiantı və səyahətçiləri narahat etməmək üçün əyləşdiyiniz yeri, masanı yadda saxlayın. Sərnişinlərin istirahət saatlarının mənalı təşkili üçün gəmidə kitabxana, rəqs göyertəsi, kinofilmlər üçün kayut və s. olur. Əgər gəmidə müəyyən olunmuş saatlarda göyertəyə çıxmaq qadağan olunubsa, bundan əsəbləşmək lazım deyil. Nəzərə alın ki, bu Sizin təhlükəsizliyiniz üçündür.

Gəmidə günün cədvəlinə dəqiq əməl olunur. Bu səbəbdən də səhər, nahar və şam yeməklərinə gecikmək olmaz.

Səfəriniz başa çatanda yol yoldaşlarınızla xudahafizləşin və pilləkanda dayanıb, Sizi yola salan gəminin nümayəndəsinə işlərində müvəffəqiyyətlər arzulayın.

KİNODA, TEATRDA, KONSERTDƏ

Konsert, sərgi salonu və s. bir qayda olaraq, cəmiyyət adlanır və insanların ən çox olduqları yerdir. Biz ora iş dalınca, yaxud istirahət etmək üçün gedirik. Lakin həmişə yadda saxlamalıyıq ki, tək deyilik və ətraf-dakıları ədəbsiz hərəkətlərimizlə narahat etməməliyik.

Teatra, kinoya getmək istədikdə bir qədər əvvəldən hazırlaşmalıyıq. Bunun üçün ilk növbədə vaxtı müəyyənləşdirməli və bilet almalıyıq. Əlbəttə ki, plan-sız iş görsek, onda çox güman ki, peşimançılıq çəkər və uğursuzluqla rastlaşarıq.

Bəs kinoya, teatra bileti kim almalıdır? Yaxşı olar ki, bileti kişi alsın. Cavan oğlana qızı kinoya dəvət edib, telefonla danışmaq əsnasında, "kino-teatr sənin iş yerinə yaxın olduğu üçün fasilədə bilet alarsan", -demişsi düzgün deyil.

Kinoya, teatra gedərkən, necə geyinməyin də böyük əhəmiyyəti var. Qış fəslində kino-teatrda üst paltarlarınızı çıxarmamalısınız. Yeni çəkilmiş filmin baxışına (premyeraya) dəvət alıbsınızsa, daha yaraşlıq geyinməyiniz məsləhətdir. Kişidə tünd kostyum, ağ köynək və qalstuk, qadında isə zövqlə tikilmiş paltar daha yaraşlıq görünər. Qadın belə yerlərə bazar çantası ilə deyil, dəridən hazırlanmış xüsusi teatr çantası ilə getməlidir.

Naftalınlənib, şkafa qoyulmuş paltarlarınızı əvvəlcədən çıxarıb havaya verin.

Tünd qoxulu ətirdən çəkinin. Yoxsa yaxınlığınızda əyləşənlər və Siz kino-teatrın boğanaq havasında özünüzü pis hiss edərsiniz.

Əgər işdən sonra teatra və konsertə gedəcəksinizsə, kişi tünd kostyum, ağ köynək və qalstuk taxmalıdır. Qadınlar isə yaraşlıq görünmək üçün bir qədər təmtəraqlı geyinməlidirlər.

Hər qadının öz sirri var. Qadın hər bir halda mütləq saçlarını yuyub, daramalı, nazik corabla gəzinti

ayaqqabısı (onları özü ilə də apara bilər) geyinməlidir.

Teatra cins şalvarda, idman maykasında, sandalda getsəniz belə, Sizi heç kim saxlamayacaq. Ancaq bu aktyorlara və ətrafınızda əyləşənlərə qarşı hörmətsizlikdir. Mənim fikrimcə, "Rok musiqi" konsertində də geyim "demokratik" olmalıdır.

Nəhayət, teatr özü tamaşaçıların üslubunu müəyyənləşdirir.

Tələsmədən üst paltarınızı çıxarıb, qarderoba vermək, saçlarınızı qaydaya salmaq, proqram almaq və zalda öz yerinizi tutmaq üçün teatra tamaşa başlamazdan ən azı 15 dəqiqə əvvəl gəlmək lazımdır.

Qadın kişi ilə teatra gəlibsə, içəriyə birinci daxil olmalıdır. Kişi qadına üst paltarını çıxarmaqda kömək etməli, paltarı qarderoba verib, nömrə almalı və onu tamaşa qurtarana kimi özündə saxlamalıdır. Gənclər özlərindən yaşlılara üst paltarlarını çıxarmaqda kömək etməlidirlər. Sizinlə teatra gedən qadın ayna qarşısında özünü səliqəyə salarkən, onu tələsdirməməlisiniz.

Adətən, qış aylarında qadınlar teatrda ayaqqabılarını dəyişirlər. Bu tualet otağında edilsə, yaxşıdır. Saç daranmalı, köynəyin yaxalığının bantı və digər geyimlər səliqəyə salınmalıdır. Lakin foyedəki ayna qarşısında və kənar şəxslərin gözü önündə fırlanmaq, saç daramaq, dodaq boyamaq, pudralanmaq yaxşı deyil. Kişi isə bu vaxtdan istifadə edərək, proqram almaq və kənarda dayanıb, qadını gözləməlidir.

Tamaşa zalına kişi birinci daxil olmalıdır. Yanınızda uşaq olarsa, onu irəli buraxmalısınız. Sizin yeriniz ortadadırsa, axırncı zəngi gözləməyib, öz yerinizi tutmalısınız. Yerinizə keçərkən üzünüz əyləşənlərə tərəf olmalıdır.

Kişi keçiddən birinci keçməlidir. Əgər keçid ensizdirsə, əyləşənlər ayağa qalxıb, keçəni öz yerinə buraxmalıdırlar. Bu halda yol verən, xüsusilə yöndəmsiz oturub, ayağını uzadanlar, narazılıq etməməlidir.

lər. Keçənlər ayağa qalxıb, yol verənlərdən üzr istəməli və təşəkkür etməlidirlər.

Tamaşa zalındakı oturacaqların düzüldüyü ilə tanış deyilsinizsə, bir az tez gəlib nəzarətçidən hansı yerin Sizə aid olduğunu müəyyənləşdirsəniz yaxşı olar. Bu əsasən kişilərin vəzifəsidir.

Qadın həyat yoldaşının və rəfiqəsinin sağ tərəfində oturmalıdır.

Kişi kreslonu tutmalı, qadın özünü qaydaya salıb, əyləşməlidir. Sonra isə kişi oturmalıdır.

Tamaşaya gecikibsinizsə, antrakta (tənəffüsə) qədər boş yerdə oturun. Boş yer yoxdursa, ayaq üstə durmalı, antraktda öz yerinizə keçməlisiniz.

Çoxdan görmədiyiniz tanışınızla və ya dostunuzla rastlaşarsınızsa, əlbəttə ki, bu Sizi sevindirəcək. Ancaq uca səsle onu salamlamağınız, replika atmağınız yaxşı deyil. Antrakt (tənəffüs) olmamış, cərgədən çıxıb kiminləsə, görüşməyiniz də yaxşı deyil.

Rahat olmaq üçün hər iki qolunuzu dirsəkləyibsinizsə, nəzərə alın ki, bu sərbəstlikdən yanınızda əyləşənlər də istifadə edə bilərlər.

Qadınlara tamaşa zalında şlyapada oturmaq məsləhət deyil, çünki arxada oturanı da nəzərə almalısınız. Əgər şlyapanızı çıxarmaq istəmirsinizsə, onda arxada əyləşəndən üzr istəməli və şlyapada oturmağınızın ona heç bir maneçiliyi olmadığını öyrənməlisiniz. Şlyapanız arxada əyləşənə mane olarsa, heç bir şərh vermədən onu çıxarmalısınız.

Qabaqda əyləşənin şlyapasını çıxarması Sizə olan böyük hörmətdən irəli gəlir. Odur ki, Siz də ona öz təşəkkürünüzü bildirməlisiniz. Lojada əyləşənlər üçün səhnəyə baxmaq bir qədər çətin olduğundan buna xüsusi ilə fikir verilməlidir. Lojada qadınlar birinci, kişilər isə ikinci cərgədə yer tuturlar.

Nə qədər mehriban olsanız belə, bir-birinizə yaxın əyləşməyin və qucaqlaşmayın.

Əgər kişi teatra qadınla gəlibsə, zalda, qarderob-

da, bufetdə, foyedə onu tək qoymamalı, müşayiət etməlidir.

Tamaşa zalına şokolad, alma, buterbrod və s. götürmək məsləhət deyil. Yemək üçün bütün teatrlarda bufet vardır.

Qadın qiymətli və nadir ətirdən qədərində istifadə etməlidir.

Kişilər də elə hərəkət etməlidirlər ki, siqaret tüstüsünün, spirtli içkilərin və odekolon iynin təsirindən yanlarında əyləşənlər onlardan uzaqlaşmasınlar.

Pərdə açılarkən, tamaşaçının kreslodakı narahat hərəkəti, konfet kağızının şıqqıltısı, iki şəxsin söhbəti ətrafda əyləşənlərə pis təsir edir. Belə tamaşaçılarla yanaşı əyləşmək əzabdır.

Tamaşa haqqında fikir söyləməyə tələsməyin, antraktı gözləyin.

Durbinlə tamaşa zalında əyləşənlərə baxmayın. Ondan təyinatına görə istifadə edin.

Tamaşa gedə-gedə müsbət və mənfi həyəcanlar büruzə verilməməlidir.

Teatrda (yalnız tamaşa zalında yox) bir-birinizə qarşı nəzakətli və diqqətli olmalısınız.

Tamaşanın yumorlu yerlərində ucadan gülmək, əlləri oynatmaq düzgün deyil. Əgər tamaşa, aktyorların oyunları və orkestr zövqünüzü oxşayıbsa, onları alqışlayın, xoşunuza gəlməyibsə, antrakt zamanı heç kimin diqqətini cəlb etmədən zalı tərk edin. Tamaşa gedə-gedə zalı tərk etmək nəinki aktyorlara, hətta tamaşaçılara qarşı hörmətsizlikdir.

Tamaşanın qurtarmasına beş dəqiqə qalıbsa, yerinizdən qalxıb bufetə, yaxud qarderoba getməyə tələsməyin. Bu aktyorların və tamaşaçıların əhval-ruhiyyəsinə pis təsir edə bilər.

Tamaşaçıların dönüb Sizə baxmasını istəmirsinizsə, aktyorları yerli-yersiz alqışlamaq lazım deyil. Aşağıdakı hallarda aktyorları alqışlamaq olar:

– pərdə qaldırılanda, rəssamın, quruluşçu rejisso-

run və operatorun yaradıcılığından xoşunuz gələndə;
– məşhur müğənnilər və aktyorlar səhnəyə çıxanda (onların yüksək istedadının nişanəsi);

– bəzi klassik tamaşalarda çətin ariyaların ifasından sonra;

– konsert nömrəsi, tamaşanın ayrı-ayrı hissələri və tamaşa sona çatanda;

– caz orkestr konsertində solist öz partiyasını ifa edəndən sonra (hətta orkestr çalmağı davam etdirərsə);

– müğənni tamaşaçıların xahişi ilə çıxış edəndə təşəkkür kimi çıxışdan qabaq alqışlamaq olar. Lakin alqışlar uzun çəkməməlidir.

Simfonik orkestrin çıxışında alqışlama bir qədər mürekkəbdir. Yeni əsərin ayrı-ayrı bölmələrindən deyil, əsər bütünlüklə ifa ediləndən sonra alqışlanır. Əgər simfonik musiqini yaxşı başa düşmürsünüzsə, alqışlamayın. Başqalarının alqışlamasını gözləyib, onlara qoşulun. Alqışlamanın əsas göstəricisi musiqi əsərinin arasındakı fasilələr deyil, dirijorun tamaşaçılara üzünü çevirdiyi andır.

Tamaşanın və ya konsertin sonunda adətən, incəsənət ustalarına hədiyyə olaraq gül-çiçək verilir. Gülləri heç vaxt səhnənin döşəməsinə atmayın. Gülləri ya aktyorların özlərinə təqdim edin, ya da teatr işçiləri vasitəsi ilə onlara çatdırın.

Bütün ictimai yerlərdə olduğu kimi, teatr və konsertdə də müəyyən olunmuş qanun-qaydalara əməl olunur. Belə yerlərdə həddən artıq ədəbli, nəzakətli olmalı və kənardakılarla xoş münasibət yaratmalısınız.

Antraktdan sonra gecikmək yaxşı deyil. Əgər pərdə qaldırılana qədər öz yerinizə keçmək mümkün olmayıbsa, boş yerlərdən birində əyləşin, yaxud başqalarına mane olmamaq üçün çıxışa qayıdın.

Tamaşa bitdikdən sonra aktyorlar təzim edir, tamaşaçılar isə onları alqışlayırlar. Tamaşanın sonunda çıxışa tələsmək ədəbsizlikdir.

Mədəni şəxs pərdənin endirilməsini və alqışların

bitməsinə gözləyir. Əgər tələsirsinizsə, axırncı pərdəyə çıxışa yaxın yerdən tamaşa edin.

Kişi teatra qadın ilə gəlibsə, onu evinə ötürməyi təklif etməlidir.

Teatrdan çıxarkən, kişi birinci qadına yol verməli, sonra isə özü çıxmalıdır.

Gül haqqında. Bir çox teatrların biletlərində yazılır: “Tamaşa zalına güllə daxil olmaq qadağandır”. Buna baxmayaraq, gül ən yaxşı hədiyyə hesab edilir. Güllər açıq şəkildə təqdim edilməlidir. Tamaşa qurtarmamış gül səhnəyə atılmamalıdır.

Teatra nisbətən kinoda tez-tez oluruq. Film teatra nisbətən o qədər təntənəli olmur. Lakin burada da teatra aid olan qaydaları gözləməliyik. Yeni nəzakətli olmalı, papağımızı çıxarmalı, hətta yanımızda əyləşənlə pıçıltı ilə danışmamalı, kreslodan necə gəldi əyləşməməli, qolumuzu hər iki qolaltına qoymamalı, ucadan gülməməli, konfet kağızı ilə sakitliyi pozmamalı və tum çırtlamamalıyıq.

Film xoşunuza gəlməyibsə, heç kimə mane olmandan zalı tərk edə bilərsiniz.

Kino-teatrda alqışlamaq olarmı? Əgər hər hansı aktyorun rolu, rejissorun və operatorun işi Sizi heyran edibsə, alqışlardan istifadə etmək olar.

Muzey və sərgidə nəinki üst geyimi, eləcə də iri çanta və portfel də qarderoba təhvil verilməlidir. Bir çox muzeylərdə isə xüsusi ayaqqabı geyinmək lazımdır. Muzeydə yoldaşlarınızla astadan danışib, fikrinizi söyləyə bilərsiniz.

İncəsənət nümunələrindəki çatışmazlıqlar və onların dəyəri barədə hərtərəfli məlumatın yoxdursa, ona qiymət verməməli və mübahisə etməməlisən. Mədəni şəxs bilməlidir ki, hər onun xoşuna gəlməyən və başa düşmədiyi şey - pis deyil.

Əgər müəllifin iştirak etdiyi sərgiyə gəlibsinizsə (adətən sərgidə müəllif özü dəvət etdiyi bir çox adam-

lar olur), əsərə onun və tanışlarının yanında qiymət verməyin. Müəllifə yaxınlaşıb, öz fikrinizi söyləyin və ona gül hədiyyə edin. Bunun üçün müəlliflə tanışlıq vacib deyil.

Hal-hazırda bir çox muzeylərdə lentə yazılmış mühazirələr kirayə verilir. Bu halda Siz təkbaşına (şəxsən) muzeyin və ya sərginin otaqlarını gəzib, istənilən məlumatları ala bilərsiniz.

Muzeydə ucadan danışmaq, eksponatları müzakirə etmək, gülmək və artıq hərəkətlərlə ekskursantlara mane olmaq, onların diqqətini yayındırmaq olmaz.

Şəkil və eksponatların qarşısını kəsməyin, tamaşaçılara mane olmayın. Vitrinlərin üstünə əyilməyin, eksponatlara əllə toxunmayın.

Təəssüratınızı muzeyin rəy kitabına yazın.

Kitabxanada

Oxu zalı olan böyük kitabxanaya daxil olarkən, üst geyiminizi, əlinizdəki kitabı, jurnalı, qəzeti və digər kağızları saxlama kamerasına verməlisiniz. Özünüzlə yalnız oxucu bileti, kağız və qələm götürməlisiniz.

Oxucuların diqqətini yayındırmamalı və onlara mane olmamalısiniz.

Kitabın səhifələrində qeydlər aparmaq qəti qadağandır. Səhifələri yadda saxlamaq üçün onları qatlamaq olmaz. Bunun üçün əlfəcidən istifadə etmək lazımdır.

Kitabı alarkən, əllər quru və təmiz olmalıdır. Kitabı ləkələmək olmaz.

Kitabı vərəqləyərkən, ehtiyatlı olmaq lazımdır ki, səhifələr cırılmasın.

Kitabı qatlamayın. Səhifələr korlana bilər. Kitabdan səhifə çıxarmaq qadağandır. Evə aparacağınız kitabı səliqəli saxlayın.

Kitabxanadan götürdüyünüz kitabları şəxsi kitablarınızdan səliqəli saxlamalısiniz.

İŞ YERİNDƏ

İşə qəbul

Dövlət idarələrində və firmalarda işə düzələrkən, insan çox vaxt özünü ürəksiz və cəsarətsiz hiss edir, çoxsaylı suallara cavab verə bilmir, özünü itirir. Bu da işə qəbul edən şəxsə pis təsir göstərir, məsuliyyətsizliyə yol verir, qəti qərar çıxararkən, tərəddüd edir və vaxtı uzadır.

Oxucuların diqqətini işə qəbul zamanı özünü necə aparmaq, nə barədə danışmaq, özün haqqında ilk təəssürat yaratmaq qaydalarına cəlb etmək istəyirəm.

Görəsən, biz həmişəmi özümüzü lazım olduğu kimi aparırıq, düzgün cavablar veririk və öz hüququmuzu müdafiə etməyi bacarıırıq? Nəzərinizə çatdırmaq istəyirəm ki, ilk görüşdən təəssürat yaranır. Belə halda özünüzü inandırmağınız ki, Sizi mütləq işə qəbul edəcəklər və müsbət cavab üçün gəlmisiniz. Bir də Sizdə belə inam yaranmalıdır ki, buraya işə qəbul olunmaq üçün deyil, firmaya ilk növbədə öz xidmətinizi təklif etmək üçün gəlibsiniz.

Hər bir görüş təbəssümlü salamlama ilə başlayır. Təbii ki, gülümsəmə bitərəf, nümayişetdirici və ədəbli olmalıdır. Gülümsəmək kiminsə xoşuna gəlmək yaltaqlanmaq deyil.

Söhbətə başlayan kimi özünüzü təqdim edin. Sonra bildirin ki, qəbula bu vaxt gəlməyinizi məsləhət biliblər. Səsinizin intonasiasına və tembrinə fikir verin. Söhbətiniz əsasən iş barəsində olmalıdır. Danışiq əsnasında özünüzü itirib, tez-tez udqunarsınızsa, mənasız söhbətlər edərsinizsə, hesab edin ki, qırx faiz uduzubsunuz.

Danışanda boşboğaz adam təəssüratı yaratmayın.

İşiniz, keçmiş rəisiniz və birgə xidmət etdiyiniz əməkdaşlar haqqında necə gəldi danışib, etibarınızı itirməyin. Görüş əsnasında rəis əmin olmalıdır ki, söhbətiniz və bəzi məlumatlar kabinetdən kənara çıxmayacaqdır.

Söhbətiniz məntiqə uyğun aparılmalıdır. Özünü-
zü məlumatlı və səriştəli göstərməlisiniz. "Mənə tapşı-
rılacaq iş barədə dəqiq təsəvvürüm olmasa da, ingilis
dilində sərbəst danışa bilərəm, işgüzar yazışmalar apa-
rırım" fikirləri ilə onu inandırmağa çalışın.

Siz ilk görüşdə sağlam görünməlisiniz və söhbəti-
nizdən razı qalmalıdırlar.

Xəstəsinizsə, özünüzü nasaz hiss edirsinizsə, ev-
dən çıxmaq məsləhət deyil. Qəbula sağaldıqdan sonra
getsəniz yaxşı olar.

Söhbətinizə Sizə zəmanət verən şəxsdən baş-
lamalısınız: "Mənə Sizin firmanızı cənab... məsləhət
görmüş və zəmanət vermişdir". Ona haqqınızda yazılan
zəmanəti təqdim etsəniz yaxşı olar. Bu məsul şəxsi bir
daha cavabdeh olmağa məcbur edər.

Söhbətə başlayarkən, maliyyə probleminizi ortaya
atmayın. Buraya yaxşı maaş verildiyi, yaxud maşın al-
maq və pul qazanmaq məqsədi ilə gəldiyinizi bildirmə-
yin. Məsul şəxsin diqqətini problemlərinizə cəlb etmə-
yin. Təcrübəsiz olduğunuzu hiss etdirməyin və iş barə-
də çox da dərinə getməyin.

Danışığ haqqında

Danışığınızda şüarlı ifadələr, jarqon və ikimənəli
sözlər işlətməyin. Bir sözlə, işinizə mane ola biləcək
söhbətlərdən uzaq olun.

Çoxları yaddan çıxarır ki, informasiyanın on faiz-
ini qarşılıqlı dialoq təşkil edir. Doxsan faiz isə səsle,
qoxu ilə, hərəkətlə, baxışla və s. ilə verilir. İy deyən-
də, sarımsaq, spirtli içki və kəskin odekolon iyi nəzər-
də tutulur. Kəskin iy söhbəti dayandıra bilər və söhbə-
tinizin səmərəsi olmaz.

Məsul şəxsdən müsbət cavabı yorulmamış və ya
diqqəti telefon danışığına cəlb olunmamış almaq lazım-
dır. Həmin şəxsdən işin dəqiq vaxtını, işə nə vaxt baş-
layacağınızı soruşa bilərsiniz.

İşə qəbul haqqında ərizə adətən, söhbətdən sonra

yazılır və katibliyə təqdim edilir. Əgər söhbətiniz alı-
nıbsa, bu zaman əvvəlcədən yazdığınız ərizəni təqdim
edə bilərsiniz.

Sizin vəzifəniz yalnız yaxşı təəssürat yaratmaqla
bitməməlidir. Həm də özünüze qarşı rəğbət hissi oyat-
malısınız.

Görüşün sonunda Sizi qəbul etdiyi üçün məsul
şəxsə təşəkkür etməlisiniz.

Ovqatınız pozulsa belə, kabinetə daxil olarkən və
çıxarkən, qapını möhkəm vurmayın. Kabinetə daxil ol-
mamışdan əvvəl qapını döyün və soruşun: "Gəlmək
olar?". Sonra içəri daxil olub: "Salam" verin.

İdarədə qarderob varsa, mütləq papağınızı və üst
paltarınızı ora təhvil verin. Əgər yoxdursa, kişilər
mütləq papaqlarını çıxarmalıdırlar.

Sizə lazım olan şəxs otağında məşğuldursa, "ba-
ğışlayın", – deyib gözləyin.

Bəzən Sizə lazım olan şəxs özünü məşğul göstə-
rir, qarşısındakı kağızları saatlarla o yan-bu yana çevir-
ir. Bu vaxt mədəni surətdə onu gözlədiyinizi bildirin.
Xudahafizləşərkən, məsləhət aldığınız şəxslərə və
arayışın tərtibində Sizə kömək edənlərə təşəkkürünüzü
bildirin.

İLK İŞ GÜNÜ

Yadda saxlayın ki, ilk iş günündən özünü necə göstərsəniz, işin sonuna qədər də elə gedəcək. İlk gündən işə gecikməməyə çalışın. Evdən bir az tez çıxsanız, işə qaçaraq gəlib müxtəlif bəhanələr gətirməyə ehtiyac olmaz. Həm də ilk gündən işdən tez getmək üçün icazə istəməyin.

İlk gündən iş yerində özünü bəzək-düzək verməyin. Kimsə yanınızda özü ilə məşğul olarsa, yadda saxlayın ki, o, köhnə işçidir. Nəzərə alın ki, işə yeni qəbul olunduğunuz üçün hamının diqqəti Sizde ola bilər.

Geyiminizə fikir verməlisiniz. Yaxşı olar ki, geyiminiz digər işçilərin geyiminə müəyyən qədər uyğun gəlsin. Sadə geyinmək məsləhətdir. Elə geyinin ki, işçilərin diqqətini cəlb etməyəsiniz. Bu hal ətir qoxusuna da aiddir. Əlbəttə, geyiminizə, kosmetikanıza heç kim etiraz edə bilməz. Ancaq nəzərə alın ki, iş yeri nümayiş zalı deyil.

İlk iş günündən həmkarlarınıza ürəyinizdə olanları açıb danışmayın. İlk görüş çox vaxt aldadıcı ola bilər. Elə mövzular ətrafında söhbətləşin ki, illər ötsə də, heyfslənməyəsiniz.

İlk iş günündən lazımsız söhbətlər edirsinizsə, ailəniz haqqında danışsınızsa, gec-tez bu söhbətlər Sizin əleyhinizə çevrilə bilər. Çünki hələ yaxşı tanış olmadığınız şəxslərlə gələcəkdə münasibətlərinizin necə ola biləcəyi barədə heç bir söz demək mümkün deyil. Belə də ola bilər. İlk iş günündən həmkarlarınız (iş yoldaşı) ürəyindəkiləri Sizə söyləyə bilər. Bu Sizə lazımdır mı? Mövzunu dəyişməyə və ya bəhanə tapıb söhbəti bitirməyə çalışın. Belə söhbətlər xüsusilə rəislə Sizin aranızda təkrar olunarsa, özünü elə aparın ki, sanki olub keçənləri yaddan çıxarıbsınız və heç nəyə əhəmiyyət vermirsiniz.

Eşitdikləriniz nə qədər maraqlı olsa da, onları

başqasına söyləməyin. Çünki belə halda iki dəfə uduzmuş olacaqsınız: bəziləri Sizə etibar etməyəcək, bir qrup şəxs isə Sizi xəbərçi kimi tanıyacaq.

İş yerində ilk gündən təmizlik yaradın. Masanızın üstünə və ya işlədiyiniz yerə çanta, əlcək, yemək qoymayın.

İlk gündən yeni iş yerində bütün məsələləri, vəziyyəti başa düşmək və onları həll etmək mümkün deyil. Odur ki, bəzi məsələləri çəkinmədən rəisdən soruşmaq olar. Ancaq elə hərəkət edin ki, işi bilmədiyiniz haqqında rəisdə rəy yaranmasın.

İşdə özünü qaraqabaq göstərməyin və salamlasarkən, gülümsəyin. Bu gələcək münasibətlərinizə və işinizə müsbət təsir göstərir.

Əgər rəisin hansısa hərəkətindən əsəbləşmişsinizsə, bu o demək deyil ki, Siz özünü kobud, ədəbsiz aparmalısınız, yaxud işdən çıxmalısınız. Bunun üçün ilk növbədə Sizi narahat edən səbəbləri bildirməlisiniz. İkincisi, iş yerində öz yerinizi düzgün tapmalısınız. Üçüncüsü, vəziyyəti nəzakətlə öz tərəfinizə çevirməyə çalışmalısınız.

Rəisdən qorxmaq, çəkinmək lazım deyil. Vəzifəniz – ona hörmət etməkdir.

KOLLEKTİV

Həyatımızın çox hissəsini işdə keçiririk. Kollektivdə haqqımızda müəyyən fikrin yaranması ilk dəfə özümüzü necə aparmağımızdan asılıdır.

İşdəki və kollektivdəki vəziyyət insan həyatının başqa sahələrində, yaxınlarla münasibətdə və s. özünü göstərir.

Düşdüyünüz mühit özünüzü necə aparmağı tələb edir. Məsələn, tikintidə, orkestrdə, elmi-tədqiqat institutlarında, məktəbdə və başqa ictimai yerlərdə bu qayda bir-birindən fərqlənir. Burada söhbət peşəkarlıqdan deyil, insani münasibətlərdən gedir.

İdarə və təşkilat rəisləri özünütərifi uzaq olmalı, özünütənqidə üstünlük verməlidirlər. Yadda saxlayın ki, vəzifə gəldi-gedərdir. Həyatda insanın yalnız yaxşı adı və gördüyü işlər qalacaqdır.

İşçilərin otağına daxil olan rəis onları birinci salamlamalıdır. Rəisin kabinetinə qadın daxil olarsa, rəis salamı alır, ancaq əyləşdiyi stuldan qalxmır. Yalnız hörmət əlaməti olaraq, əyləşmək üçün yer göstərir.

Rəis təbəçiliyində olanlara hörmət etməlidir. Çünki təbə olan şəxs həmişə cavab verə, məzəmmət edə bilmir. İşçilər hər an kəskin söz götürməyə, rəisin üzünü turşutmasına, uzun müddət danışmasına və s. hazır olmalıdırlar. Odur ki, rəis təbəçiliyində olanla iş barəsində söhbət edirsə, ucadan və telefonla çox danışmamalı, əlavə kağızlarla məşğul olmamalıdır. Əgər bütün məsələlər həll olunubsa, rəis ayağa qalxır və beləliklə, təbəçilikdə olan şəxs ona ayrılan vaxtın başa çatdığını anlayır.

Uzun müddət bir kollektivdə işləyənlər, mehriban münasibətdə olanlar ad günlərini, eləcə də rəisin ad gününü qeyd etsələr yaxşı olar.

Rəis təbəçiliyində olan işçinin anadan olduğu günü özü şəxsən təbrik etsə, yaxşı olar. Əks halda, rəis-işçi münasibətlərində inciklik yarana bilər. İşçilər

rəisi ad günü münasibətilə təbrik etmək barədə qərara gəliblərsə, yaxşı olar ki, ona gül dəstəsi təqdim etsinlər və o qədər də qiymətli olmayan hədiyyə bağışlasınlar (hədiyyə olmaya da bilər). Bu rəisin işçilərinə münasibətindən asılıdır.

Hörmətli olmaq və düzgün başa düşülmək üçün rəis işçiləri bir-birindən ayırmamalı, kiməsə üstünlük və üz verməməli, açıq-açıqına rəğbət bəsləməməlidir. Münasibət yalnız görülən işə görə olmalıdır.

Rəis peşəkar, təşkilatçı və psixoloq olmalıdır.

Rəis kollektivdən təcrid olunmamalıdır. O yalnız iclas və yığıncaqlarda görünməməlidir.

Rəislə münasibətdə müvafiq qaydalara riayət edilməlidir. Rəis yaşca kiçik olsa da, ona "Siz", – deyə müraciət etməlisiniz. Aranıza dostluq münasibətləri olsa belə, onu nümayiş etdirməməlisiniz. İşə aid bütün əmr və göstərişləri, xahişləri yerinə yetirməlisiniz. Ancaq ona yaltaqlanmamalısiniz.

İdarədə, eləcə də ictimai yerlərdə, xüsusilə söhbət edərkən əlinizi cibinizdən çıxarın.

Siqaret haqqında isə kitabda göstəriləndir. İş yerində, kabinetdə siqaret çəkmək yaramaz. Ola bilər ki, işçilərdən kimsə siqaretin tüstüsünə dözməsin. Nəhayət, siqaret çəkilən otaqda işləmək çətinidir. Başqasının kabinetinə damaqınızda və əlinizdə siqaret daxil olmaq düzgün deyil.

Kollektivdə birindən o birisinə xəbər aparmaq, mənasız sözlər uydurmaq, dedi-qodu yaratmaq ədəbsizlikdir.

İşə aid olmayan söhbətlər etmək məsləhət deyil. Sizin üçün maraqlı olan söhbətlər (ailə haqqında) başqasına mənasız görünə bilər. Odur ki, belə söhbətlərlə onların vaxtını almayın. Əgər işə aid olmayan müəyyən bir məsələnin müzakirəsinə ehtiyac varsa, bu məsələ işdən sonra çay süfrəsi ətrafında müzakirə edilməlidir.

İş yeri səliqəli olmalıdır. Yadda saxlayın ki, otaq-

da tək deyilsiniz. Yerə tökülmüş kağız, cırılmış və əzilmiş qəzet parçaları, yemək qırıntıları iş yoldaşlarınızın Sizə olan münasibətini dəyişər və onlarda pis rəy yaranar.

Bəzən qadınlar yeni aldıkları paltarı, ayaqqabını işdə geyinir, güzgüyə baxa-baxa ölçüb-biçirlər. Bu həm işə mane olur, həm də etiketə görə düzgün deyil. Belə hərəkətlərə yol verilməməlidir.

Danışığının intonasiyasından çox şey asılıdır. Bərkdən danışmaq, nəyisə uca səslə müzakirə etmək, qapını çırpmaq və s. yolverilməzdir. Sakitliyi gözləmək, ədəblə və təmkinlə hərəkət etmək lazımdır.

İş yerində telefon şəxsi danışmaq üçün uzun müddətə məşğul edilməməlidir. Danışmaq çox vacib olsa belə, söhbəti tez bitirmək lazımdır. Telefonla danışarkən, diqqəti cəlb etməməyə çalışın.

Kollektivin yeni üzvünün rəis tərəfindən təqdimatından sonra, ona ailə vəziyyəti barədə suallar vermək, keçmiş iş yerini öyrənmək və s. düzgün deyil. Ona işini tez mənimsəməsində kömək etsəniz, mehribanlıq göstərsəniz daha yaxşı olar. Çünki istər-istəməz vaxt ötdükcə onu yaxından tanıyacaqsınız, lazım olanları özü Sizə söyləyəcək və xasiyyətinə bələd olacaqsınız.

Çox vaxt qadınlar iş yoldaşlarının hər hansı diqqətsizliyindən inciyirlər. Belə yerdə inciməyə heç bir əsas yoxdur. Sözsüz ki, qadına münasibətdə diqqətli olmaq lazımdır. Qadın kabinetə daxil olarkən, hər dəfə ayağa qalxmaq, paltosunu tutmaq mümkün olmur. Çünki bu işləməyə mane olur.

İşə açıq-saçıq geyimdə gəlmək düzgün deyil. İş yoldaşınızın geyimini müzakirə etmək də düzgün deyil. Başqasının geyimi barədə etinasızlıqla danışılmamalıdır. Bu münasibətlərinizi korlaya bilər.

Qadınlar evdən iş yerinə səliqəli gəlməlidirlər. İş yerini kosmetika kabinetinə çevirmək olmaz. Əgər yaxınlığınızda kişi varsa, buna qətiyyən yol vermək olmaz.

Çox vaxt insana xarici görünüşünə, paltarının səliqəsinə, geyiminə görə münasibət bəsləyirlər. Biz işdə uzun müddət bir yerdə oluruq. Bu o demək deyil ki, işə pis paltarda, yaxud xalətdə gəlməliyik. Təmiz ayaqqabı, səliqəli geyim, yaxşı saç düzümlü ətrafdakıların Sizə münasibətində böyük rol oynayır.

Həllədicilərin işə münasibət və öz işinə hörmətidir. İşə tez-tez gecikənə, fasiləni saatlarla uzadana, işdən sonrakı söhbətlərə qoşulmayanlara həmkarlarının münasibəti pis olur.

İş yoldaşınız xəstələnibsə, ona zəng etməli, səhhəti haqda məlumat almalı və köməyinizi təklif etməlisiniz. Ola bilər ki, onun nəyəsə ehtiyacı olsun, ancaq deməyə utansın.

Kabinetləri gəzmək düzgün deyil. Yadda saxlamalısınız ki, digər otaqlarda işləyənlərin planları Sizin planlarınıza uyğun gəlməyə bilər.

İş yoldaşı ilə aranızda ortaya çıxan problemləri və anlaşılmaqlı başqasının müzakirəsinə buraxmayın. Sadə məsələləri özünüz də həll edə bilərsiniz. Elə məsələlər var ki, onların həllinə başqalarının diqqətini cəlb etmək düzgün olmaz.

İŞGÜZAR MÜNASİBƏTLƏR

Həyatımızın bir hissəsi idarə və təşkilatlarla bağlı olur (dövlət, elm, ictimai, ticarət, təsərrüfat və s.).

İnsanlar arasında görünməyən ayrılıq var. Onlar xidmət edən işçilərə və gələnlərə ayrılırlar. Beləliklə, gələnlər və qulluqçular üçün müəyyən qaydalar mövcuddur.

Qayda-qanunlara riayət etməklə vaxta qənaət etmək, yaxşı əhval-ruhiyyə yaratmaq, məsələləri tez həll etmək mümkündür.

Gedəcəyiniz yerdə iş saati təyin olunubsa, orada vaxtında olmalısınız. Getdiyiniz yerdə müəyyən bir məsələni tez və düzgün həll etmək üçün məqsədinizi aydın və qısa ifadə etməlisiniz. Bəzən xırda bir məlumat almaq üçün on-on beş dəqiqə vaxt itiririk.

Ədəbli olmaq hər yerdə və hamı üçün lazımdır. Bu xüsusi ilə müraciət edənlər və işçilər arasındakı münasibətdə özünü göstərir.

İdarəyə daxil olarkən, qapını bərkdən çırpmaq və açıq qoymaq düzgün deyil.

Danışqı zamanı "salam", "bağışlayın", "sağ olun", "minnətdaram" və s. bu kimi sözlər işlədilməlidir.

Yadda saxlayın ki, əgər ədəbli və nəzakətli olsanız, işçilər də Sizinlə xoş münasibətdə olmağa çalışacaqlar.

Qəbul otağında bir neçə şəxs varsa, ətrafdakıların danışığına qulaq asmaq düzgün deyil.

Qəbul vaxtı böyük növbə olmasa da, burada çox vaxt itir. "Mənim bir balaca söhbətim var", – deyərək növbədən kənar keçmək ədəbsizlikdir. Sizdən əvvəl növbə gözləyənlər buna yaxşı baxmazlar. Yadda saxlayın ki, əlillərə, hamilə və uşaqlı qadınlara növbədən kənar xidmət göstərilməlidir.

Ucadan danışmaqla, kağızı xışıldatmaqla ətrafdakıları narahat etməməlisiniz.

İşlə bağlı müəyyən bir idarəyə çağırılıbsınızsa, mütləq göstərilən saatda orada olmalısınız. Unutmalısınız ki, vaxt əbəs yerə göstərilməyib. Burada hər şey, hətta vaxt da dəqiq ölçülüb-biçilib.

Sizə lazım olan sənədləri almağa gedirsinizsə, pasport, şəxsi vəsiqə və pul götürməyi unutmayın. Çünki bunlara görə bir neçə saat vaxt itirə bilərsiniz.

İdarənin məsul işçisi müraciət edənlərə diqqətlə qulaq asmalı, xahiş olunan məsələyə dəqiq cavab verməli, onların vaxtını almamalı və xeyirxahlıq göstərməlidir.

Sizi gözləyən varsa, telefonla çox danışmamalı və şəxsi işlərinizlə məşğul olmamalısınız.

İşçinin əsas vəzifəsi onlara müraciət edənlərə kömək etməkdən, ondan asılı olan işi yerinə yetirməkdən, hara və kimə müraciət etməsini başa salmaqdan ibarətdir.

İdarələrdə özünüzü necə aparmağın elə bir xüsusi qaydası yoxdur. Sadəcə olaraq, başqa yerlərdə özünüzü necə aparırsınızsa, burada da hamıya hörmətlə yanaşmalısınız.

Məhkəmədə də özünüzü ciddi və qanunlara cavab verən tərzdə aparmalısınız. Çağırılan saatda məhkəməyə gəlməlisiniz. Əgər gəlişinizə mane olan hansısa məsələ ortaya çıxarsa, yazılı şəkildə xəbərdarlıq etməlisiniz.

Hakim zala daxil olarkən və hökm oxunarkən, hamı ayağa qalxmalıdır. Hakimin çağırışından sonra şahidlər qapını döymədən zala daxil olmalıdırlar.

Müqavilə, saziş bağlanarkən, hər iki tərəf eyni hüquqa malikdir və müəyyən qaydalarla hərəkət etməlidirlər. Bu danışqların müvəffəqiyyətlə bitməsi üçün mövcud qaydalara riayət edilməlidir.

Görüşə gecikməməli və özünüzü ədəbli aparmalısınız. Görüşəcəyiniz şəxsin adını əvvəldən öyrənməlisiniz.

Görüşə gedərkən, vizit kartoçkanızı götürməyi yaddan çıxarmayın.

Geyiminizin səliqəsinə, çəkmənizin təmizliyinə fikir verin. Müzakirə edəcəyiniz məsələlərin həllinə bunun müsbət təsiri ola bilər.

Görüş zamanı fasiləsiz danışmaq yaxşı deyil. Bu danışığınızı pis təsir edir. İşgüzar münasibətləri həll edərkən, psixoloq olun, müşahidəçilik qabiliyyətinizdən məharətlə istifadə edin, tərəfdaşınızın xasiyyətinə xas olan xüsusiyyətləri nəzərə alın. Yalnız o zaman iş Sizin xeyrinizə həll oluna bilər.

QƏHVƏXANADA, RESTORANDA

Biz restorana, qəhvəxanaya yeməkdən başqa, yaxşı istirahət etmək və şəraiti dəyişmək üçün gedirik. Orada həm də adi, işgüzar və digər müxtəlif görüşlər keçirilir.

Restoran və qəhvəxanada özümüzü qonaq kimi hiss etməli və qonaq kimi də aparmalıyıq.

Görüşü Siz təşkil edirsinizsə, əvvəldən gəlib masa seçməli və dəvət etdiyiniz şəxsi gözləməlisiniz.

Eləcə də, görüşü küçədə təyin edib, birlikdə restorana daxil ola bilərsiniz.

Qadını özünüzdən irəli buraxıb, rəhbərliyi öz əlinizə alıb, qarderoba tərəf aparın. Palto və ya plışı çıxarmaqda ona kömək edin və qarderoba təhvil verin.

Qarderobda saç daramaq, dodaq boyamaq olmaz. Bu işləri tualet otağında etmək lazımdır.

Qarderobda yalnız güzgüyə baxıb saçlara yüngülvari əl gəzdirmək olar.

Əgər restorana çanta ilə gəlibsınızsa, onu qarderoba verin. Çünki bu Sizə maneçilik törədə bilər.

Restoranda masanı kişi seçir və qadının xoşuna gəlib-gəlməməsini öyrənir.

Əgər masanın bir tərəfi divara tərəfdirsə, kişi o yeri qadına təklif edir ki, bütün zalı görə bilsin. Masa zalın ortasındadırsa, qadına elə yer təklif edilməlidir ki, o həm zalın girişini, həm də çox hissəsini görə bilsin.

Qadın əyləşəndən sonra kişi otura bilər. Onun vəzifəsi qadının stulunu irəli çəkib, rahat əyləşməsinə kömək etməkdir.

Görüşə yubanan qadın əmin olmalıdır ki, kişi onu qarşılayacaq və stul təklif edəcək.

Əgər restorana qadınla gəlibsınızsa, Sizi baş ofisiant qarşılayıb, müşayiət etməlidir. Ofisiantın arxasınca qadın, sonra isə kişi getməlidir.

Kiçik masa ətrafında yemək yeyərkən, üzbəüz əy-

ləşmək lazımdır. İri masa ətrafında isə kişi qadının sol tərəfində əyləşməlidir.

Əgər boş masa yoxdursa, baş ofisianta müraciət etməlisən. Zala göz gəzdirib boş yer seçə də bilərsən. Yeri müəyyənləşdirəndən sonra əyləşənlərdən onların yanında oturmaq üçün icazə almalısən. Əyləşənlər etiraz etməzlərsə, onlara baş əyib təşəkkür etməlisən.

Sizin onların cəmiyyətinə daxil olmanızı lazım bilmirlərsə, onda təkid etməyin. Çünki Sizin özgə cəmiyyətə qarışmağınız düzgün olmaz.

Qadın kişiye rədd cavabı verə bilər. Bu onun hüququdur. Kişi isə masa ətrafında tək əyləşibse, tanımadığı qadına etiraz edə bilməz. Lakin ona qarşı diqqətli olmağa da borclu deyil.

Bəzən elə olur ki, restorana daxil olanda və ya əyləşəndə tanışınızla rastlaşırsınız. Bu zaman sevincək onun əyləşdiyi masaya yaxınlaşıb, salamlamaq düzgün deyil. Yəqin ki, gec-tez o, Sizi görəcək və lazım gəlsə, Sizi özünün əyləşdiyi masaya dəvət edəcək. İnanırsınız ki, bu gecə həm Sizin, həm də tanışınızın arzusu üst-üstə düşəcək? Tanışınız Sizi görən kimi öz masasına dəvət etsə, bu başqa məsələ. Yalnız bu halda dəvət qəbul edilməlidir.

Qadınlar yad kişilər olan məclisdə əyləşməməlidirlər. Çünki belə məclislərdə qadınlar artıq-əskik söz eşidərlər və anlaşılmazlıq yaranar.

Sizə az tanış olan və tamamilə tanış olmayan şəxslərin üzünə baxıb gülümsəmək düzgün deyil.

Etiketnin tələbinə görə məclisə gecikənləri on beş-iyirmi dəqiqə gözləyirlər. Sonra məclisdə özünüzü sərbəst hiss edib, sifariş verə bilərsiniz.

Restoranda yeməyin siyahısını kişi alır, ancaq yeməyi qadın seçir. O, əvvəl yeməyin siyahısı ilə tanış olur və ya bu işi həyat yoldaşına həvalə edir. Kim əvvəldən restoranın yeməkləri ilə tanışdırsa, o sifariş edəne öz təklifini verə bilər.

İçkini yalnız kişi təklif edə bilər.

Sifarişi yemək gətirən işçiyə (ofisiant) kişi verməlidir. Bu onun vəzifəsidir.

Digər yeməklərin adları Sizi maraqlandırarsa, lakin necə və nədən hazırlandığını bilmirsinizsə, bu barədə yemək gətirən işçidən (ofisiant) məlumat almalısınız. Yemək gətirən işçini (ofisiant) səsle və ya qab-qacağı bir-birinə vurmaqla çağırmaq olmaz. Elə hesab etməyin ki, Sizi yaddan çıxarıblar. Axı, yemək gətirən işçi (ofisiant) yalnız Sizə deyil, eyni vaxtda bir neçə masaya xidmət göstərir. Boş vaxtınızı yeməyin siyahısı ilə tanışlığa (menyu) sərf etsəniz yaxşı olar.

Yemək xoşunuza gəlməmişsə, onu yemək gətirən işçiyə (ofisiant) deməmişdən əvvəl fikirləşin. Axı, sifariş olunan xörəkləri seçərkən, Sizi heç kim məcbur etməmişdir. Yemək yaxşı bişirilməyibse, onu dəyişdirməyə ixtiyarınız var. Buna görə uca səsle araşdırma aparmaq lazım deyil. Narazılığınızı bildirmək və təkliflərinizi vermək üçün baş ofisianta müraciət etmək lazımdır.

Masanın üstünə yeməklə yanaşı, qəzet, çanta və əlcək qoymaq yaxşı deyil.

Masaya yemək və içki verilibsə, kişilər qadınlara nəvaziş göstərməli, onlara yemək təklif etməli və çaxır süzməlidirlər və s. Bu o demək deyil ki, həyat yoldaşı (qadın) öz ərinə qulluq edə bilməz. Bununla bərabər bütün qadınlar onlara diqqətli olmağı xoşlayırlar.

Kətdən olan salfetkanı açıq şəkildə dizin üstünə salırlar. Yaxadan dəsmal asmaq çoxdan dəbdən düşmüşdür. Salfetka qadının dizindən yerə düşübsə, onu özü qaldırmalıdır. Kişinin qadının dizinin üstündən yerə düşmüş salfetkanı qaldırması yaxşı deyil.

Qadını restorana dəvət edən kişidə kifayət qədər pul olmalıdır. Qadın isə yemək seçəndə elə hərəkət etməlidir ki, onun buraya axırıncı gəlişi olmasın.

Restorana getməmişdən əvvəl hesabın kim tərəfindən ödəniləcəyini müəyyənləşdirmək məsləhətdir. Əvvəldən bilmək lazımdır ki, dəvət edən hamının əvə-

zina pul verəcək, yoxsa yeməyin pulunu hərə özü ödəyəcək?

Kiçik küpədə gətirilən ət və göbələyi boşqaba tökmədən yeyirlər. Bozbaş, tərəvəz və s. isə ümumi qabdan boşqaba çəkilir. Masada ehtiyatsız hərəkət (çaxırın dağılması və s.) səssiz-küysüz aradan qalırılmalıdır ki, bunu heç kəs hiss etməsin və hadisəni törədən peşiman olmasın.

Çay və qəhvə qaşıqla içilməməlidir. Yadda saxlayın ki, qaşıq stəkandakı şəkəri qarışdırmaq üçündür.

İsti içkini üfurməyin. İstənilən soyuqluğu alana qədər gözləyin. Çay və qəhvəni içərkən, qaşığı fincandan çıxarıb, nəlbəkiyə qoyun. Çay və qəhvə içərkən, stəkan və ya fincan nəlbəki ilə bərabər qaldırılmalıdır. Çayı nəlbəkide soyudub içmək yaxşı deyil.

Nəlbəki külqabı deyil. Külqabına zibil və salfetka atmazlar.

Adətən, restoranda hesabı yemək gətirən işçi (ofisiant) təqdim edir. Qonaqlardan yeməyi qurtarmayan varsa, hesab tələb etmək ədəbsizlikdir. Bununla onun durub getməsinə tələb etmiş olarsınız. Yeməyin pulunu yemək gətirən işçinin (ofisiant) hesab gətirdiyi siniyə qoyurlar (bu barədə növbəti bölmədə ətraflı göstərilir). Getmək üçün işarəni qadın və ya yaşca böyük verməlidir.

Azacıq qabağa əyilib, masa qonşularınızla xudahafizləşə bilərsiniz. Onlar da Sizə baş əyib, cavab verməlidirlər.

Əgər tanışlarla xudahafizləşirsinizsə, onlar ayağa qalxırlar.

Qarderobda kişi birinci geyinir. Sonra isə qadının paltosunu qarderobdan alıb, geyinməsinə kömək edir.

Restorandan çıxarkən, kişilər qapını açır və qadınları irəli buraxırlar. Sonra isə özləri restoranı tərk edirlər.

İCTİMAİ YEMƏKXANADA

İctimai yeməxanada etiket

İctimai yeməxanalarda zəhmət – insanlarla işləməkdən ibarətdir. İşə müəssisələrində işləyən hər bir şəxs insanlar arasında yeni münasibətin yaranmasında iştirak edir. Bu münasibətlər cəmiyyətdə qarşılıqlı hörmətin, ehtiramın, xeyirxahlığın və diqqətin əsasını qoyur.

Xidmət edənlərlə müştərilər arasında münasibət sahib-qonaq münasibəti prinsipi əsasında qurulur. Bunun da əsasında insana hörmət durur. Burada diqqətsizliyə, kobudluğa və biganəliyə yol verilməməlidir. Qonaqpərvərlik nəsildən-nəslə keçən bir ənənədir. Qonaq hər bir evdə birinci şəxs hesab olunur. Onlara xüsusi hörmət və ehtiram göstərilməli, diqqətlə yanaşılmalıdır.

İctimai yeməxanalarda müştərilər işçilərdən işgüzarlıq, diqqət, xoş və səmimi münasibət, bir sözlə, nəzakətli olmağı gözləyirlər.

Xidmət zamanı peşəkar etikanın çox böyük əhəmiyyəti vardır. İnsanlar qəhvəxanaya, yeməxanaya, restorana daxil olarkən, özlərini əziz qonaq kimi hiss etməlidirlər. Bu işdə yeməxanada çalışanların rolu böyükdür. Çünki onlar bilavasitə müştərilərlə yaxşı münasibətdə olmağa məcburdurlar. Müəssisənin adı əhəmiyyətli dərəcədə məhz onların göstərdiyi xidmətdən asılıdır. Təbii ki, kobud şəxslərə burada yer olmamalıdır.

Qəhvəxanalarda, restoranlarda lazımı şərait və xoş əhval-ruhiyyə yaratmaq ofisianta məxsusdur.

Müştərilərin kimliyindən asılı olmayaraq, sifarişin az və çoxluğuna baxmayaraq, ofisiant hamı ilə xoş münasibət yaratmalı, mədəni davranışı ilə nümunə göstərməli, yaşlılara, əlillərə, şikəstlərə (lal, kar, kor) diqqət və səbrlə yanaşmalıdır.

Yaxşı ofisiant heç kimi onu gözləməyə məcbur et-

məməli və özü müştəriyə yaxınlaşmalıdır. Müştəri ofisiyanti görməyə bilər, ancaq ofisiyanti masa ətrafında əyləşənləri görməlidir. Əgər qonaq yemək seçməkdə çətinlik çəkirsə, ofisiyanti yaxınlaşıb, öz köməyini təklif etməlidir. Sonra hansı xörəkdən yemək istədiklərini öyrənməli və təamlar barədə qısaca məlumat verməlidir.

Əgər qonaq bozbaşı üstünə dağıdıbsa, dərhal istisu və yuyucu toz gətirilməlidir. Bu xidmət o qədər ustalılıqla yerinə yetirilməlidir ki, qonaq ona göstərilən qayğıyı hiss etsin.

Nəzakət, hüsn-rəğbət, danışq qaydası, intonasiya, salamlama, ədəbli olma, qonağı qarşılayıb yola salma - bütün bunlar ofisiyantiın əsas xüsusiyyətidir.

İnsanlarla işləmək asan deyil. Bu təmkin, səbr və hər bir şəraitdə özünü aparmaq bacarığı tələb edir. Əgər qonaq səbirsizlik edib narazılığını bildirirsə, belə vəziyyətdə ofisiyanti özünü təmkinli aparmalı, sakit və aramla cavab verməli, özünün və peşə yoldaşlarının səhvini düzəltməlidir.

Yeməxanada sırayı işçilərin, ofisiyantiların və baş ofisiyantiın müsbət keyfiyyətlərindən biri də ədəbli olmasıdır. Peşə mədəniyyəti hər bir müştəriyə diqqətlə yanaşmağa kömək edir, kobudluğun qarşısını alır. Ədəbli şəxs heç kimi əsəbləşdirməməli, narahat etməməli, artıq hərəkətləri ilə zaldakıların diqqətini cəlb etməməli, söhbət edənlərə mane olmamalı, onlarda xoş əhval-ruhiyyəni saxlamağı bacarmalı, qab-qacaqla asta işləməli, ucadan danışmamalı, iş yoldaşları ilə lazımsız söhbətlər etməməli, ehtiyac olmazsa, qonaqların masasının yanında dayanmamalıdır. Lakin qonaq pis vəziyyətə düşəndə ona kömək etməyə borcludur.

Ədəb qaydalarına görə hörmətli və təmkinli olmaq əsas insani keyfiyyətlərdəndir. Onları daim özündə inkişaf etdirməlisən. Ona görə də tez-tez özünü başqalarının yerinə qoymalısan.

Gün ərzində ofisiyanti müxtəlif sifarişçilərlə - ca-

vanlarla və qocalarla, kişilərlə və qadınlarla, uşaqlarla, valideynlərlə təmasda olur. Odur ki, o, hamıya fərdi yanaşmağı bacarmalıdır. İnsanları tanımaq üçün sözün həqiqi mənasında psixoloq olmaq gərəkdir. Yuxarıda göstərilənlər mədəni davranışı xarakterizə edir.

Peşəkar işçi müştərilər olan yerdə oturmaz, yeməz, içməz, papiros çəkməz, saçını daramaz, kostyumunu səliqəyə salmaz və digər lazımsız hərəkətlərə yol verməz.

Şüurlu, nizam-intizamlı, kollektivin şərəfini uca tutan və onun qarşısında məsuliyyətini hiss edən şəxs mədəni hesab olunur. Müştərilərin yanında iş yoldaşlarının səhvini özünə vurmaq, onları tənqid etmək düzgün deyil. Yaxşı məsləhəti təklif etməyə lazımdır.

Kobudluq edənə, çığır-bağır salana, ədəbsizə, yer-siz danışana kollektiv arasında yer olmamalıdır. Həmçinin təbəcciliyində olanlara qarşı hörmətsizlik etmək düzgün deyil.

Yeməxanada işçilərinə nəzakət, sadəlik, təbiilik, düzlük, təmizlik və ləyaqət əsasdır. Mənfi cəhətlərdən azad olmaq üçün özünü tərbiyələndirmək, insana xas keyfiyyətləri şüurlu şəkildə inkişaf etdirmək lazımdır.

Etiketinin əsas məqsədi müştərilərə xidmət göstərərək, qonaqları razı salmaqdır. Bu müştərilərə ofisiyanti xidməti göstərilən bütün restoran və qəhvəxanalara aiddir.

Restorana və ya qəhvəxanaya daxil olan müştəri baş ofisiyanti (qonaq qəbul edib yer göstərən) qarşılayır. Əgər o olmasa, ofisiyantiından biri qonağı salamlayır, öndə gedərək, onu boş masaya otürür. Masanın yanında qonaqları ofisiyanti salamlayır və onların əyləşməsinə kömək edir. Sonra qonağın sol tərəfindən açıq şəkildə yeməklərin siyahısını təqdim edir. Xidmətə qadınlardan başlayır. Əgər onlar çoxdurlarsa, əvvəlcə yaşca böyüyə qulluq edir. Masa ətrafında yalnız kişilər əyləşibsə, bu vaxt yaşca böyüyə üstünlük verilməlidir. Hərbiçilərdə isə rütbəcə böyükdən başlamaq lazımdır.

Ofisiant yeməklərin siyahısını təklif edərkən, müştərilərə firma xörəklərinin müsbət cəhətlərini sadalamalıdır.

Qonaqlar heç bir söz soruşmurlarsa, onda ofisiant masadan bir qədər kənarda dayanmalıdır ki, onlar yeməklərin siyahısı ilə tanış ola bilsinlər. Əgər yemək və içki seçməkdə çətinlik çəkərlərsə, bu halda nəyə meylli olduqlarını öyrənib, onlara kömək edilməlidir. Həmin qonaqların fərdi xüsusiyyətləri (cins, yaş və s.) nəzərə alınmalıdır.

Sifariş qəbul edəndə xörəklər barədə məlumat verməli və hazırlanma müddəti dəqiqləşdirilməlidir. Sifariş qəbul edən zaman ofisiant əyilməməli, masaya, stula söykənməməlidir. Sifariş aydın və səliqəli xətlə yazılmalıdır.

Əgər qonaqlar masanın ətrafında əyləşib, uzun müddət söhbət edərlərsə, onda söhbətin qurtarmasını gözləmədən onlara müraciət etmək olar: "İcazə verin sifariş qəbul edək".

Əgər masa ətrafında eyni vaxtda ayrı-ayrı bir neçə qonaq əyləşib, onda ofisiant onların hər birindən ayrıca sifariş qəbul edir və hesab açır.

Masa ətrafında əyləşənlərin hamısına eyni vaxtda içki, qəlyanaltı və isti xörək verilməlidir. Sifarişçi ilə kənardan danışmaq ədəbsizlikdir. Lap yaxından – nəfəs-nəfəsə danışmaq da yaxşı deyil. Sakit və aramla danışmaq mədəniyyət hesab olunur. Diqqətin danışdığı şəxsdə olmalıdır. Əlləri sinə üstündə çarpazlamaq və onları cibdə saxlamaq olmaz.

Ofisiant sifariş qəbul edib, işinin ardıcılığını müəyyənləşdirməlidir.

Ofisiant sifariş qəbul edir və spirtsiz içkilər gətirilir. Qonaqların icazəsi ilə içki əvvəlcə qadınlara və mötəbər qonaqların (yubilyar) bədələrinə süzülür.

Qonağa "buyurun", – deyə müraciət etməlisiniz. Qəlyanaltı, yemək, içki müəyyən ardıcılıqla verilməli-

dir. Növbəti xörəyi verməmişdən əvvəl ofisiant sifarişçiye yaxınlaşıb, icazə istəməlidir.

Xörəklər qonaqların sol tərəfindən verilir. İsti xörəklər isə sağ tərəfdən təqdim olunur. Qəlyanaltı və çərəz də sağ tərəfdən verilir.

Yeməyi verməmişdən əvvəl ofisiant qonağa sağ tərəfdən yaxınlaşıb, sağ əli ilə fujerin üçdə biri qədər su, digərinə isə üçdə ikisi qədər çaxır süzməlidir. İçilməmiş bədələrə əlavə içki süzmək düzgün deyil. Ofisiant bədələrə içki süzüb, qəlyanaltıları və xörəkləri təklif edəndən sonra masadan kənara çəkilməlidir. Qonaqların yanında dayanıb, onları narahat etmək düzgün deyil. Qonaqların bir-birinə xidmət etməsinə də şərait yaratmaq olmaz. Dərhal köməyə gəlmək lazımdır. Ofisiant buluddan qonaqlara qəlyanaltı çəkməlidir. Əgər qonaq çəngəl-bıçaq dəstini və ya salfetkanı yerə salıbsa, ofisiant təmizini gətirməli və yerə düşəni götürməlidir.

Qonaq siqaret çəkmək istəyərsə, ona vaxtında alışqan təklif edilməlidir. Ofisiant istifadə olunmuş çirkli qab-qacağı təmizi ilə əvəz etməlidir. Külqabı da dəyişdirilməlidir. Bu işlər qonaqların söhbətinə mane olmamaq şərti ilə və ədəblə yerinə yetirilməlidir. Qonaqlar onlara göstərilən hər kiçik xidmət üçün təşəkkür etməlidirlər.

Adətən, nahar və şam yeməyi isti və ya soyuq içkilər ilə başa çatır. Onları təqdim etməmişdən əvvəl sifarişçidən soruşulmalıdır ki, içki verilsin, ya yox. Ola bilər ki, qonaq yenidən nə isə sifariş etmək istəsin.

Qonaqların xahişi ilə ofisiant haqq-hesabı kişiye təqdim etməlidir.

Masa ətrafında kişilər və ya qadınlar əyləşib, bu halda ofisiant haqq-hesabı sifarişçiye təqdim edir və ümumi məbləği deyir. Hesab verildəndən sonra qonaqları qarşıladığı kimi də yola salmalıdır. Qadınlar və yaşlı şəxslər ayağa durarkən, onların stulunu geri çəkməli, uşaqlara isə masanın arxasından çıxmaqda kömək et-

məlidir. Xudahafizləşərkən, ofisiyant onları bir daha buraya dəvət etməlidir.

Diplomat qəbulunun bir neçə xüsusiyyəti var.

İctimai yeməxana işçisi məlahətli, xarici görünüşünə görə cəlbedici olmalıdır. Çünki ilk təəssürat xarici görünüşdən yaranır (hərəkətlər, kostyum, saç düzüümü, əda).

İstehsalat geyimi yaraşığı və qəşəng olmalı, dəbə uyğun seçilməlidir. Belə geyimdə insan özünü zirək və sərbəst hiss edir.

İstehsalat geyimi rahat olmalı, sərbəst hərəkəti təmin etməli və bədənə yaraşmalıdır.

Paltar bir rəngdə (saya) və ya xanəli ola bilər. Rəng zəif rənginə uyğunlaşmalıdır.

Ayaqqabı rahat, dayanıqlı, orta və alçaq dabanlı, üstü qaytanlı, hər tərəfdən bağli, təmiz olmalıdır. İş yerinə idman ayaqqabısı, səndəl, əyilmiş və görkəmini itirmiş çəkmə geyinmək yaxşı deyil.

Kişilərin corabı təmiz olmalı və şalvarın rənginə uyğun seçilməlidir. Yayda ayaqaltı corabdan istifadə edən qadınlar çalışmalıdırlar ki, corabın kənarları çəkmədən çıxmasın. Kişilər payız və qış fəslində qolflı geyinsələr daha yaxşı olar.

Qəhvəxana və restoranın ticarət zalında işləyənlərin saçları səliqəli olmalı, lakin saçın forması diqqəti o qədər də cəlb etməməlidir. Uzun saçlar sancaqlanmalıdır. Çünki açıq saç işə mane ola bilər. Həm də belə yerdə işləyənlərin uzun saç saxlaması sanitariya-gigiyena baxımından düzgün deyil.

Kişilər üzlerini hər gün tərəş etməlidirlər. Həm də saçlar elə vurulmalıdır ki, köynəyin yaxalığını çirkləndirməsin.

Qəhvəxana və restoran işçilərinin baş geyimləri müxtəlif ola bilər. Lakin baş geyimlərini seçərkən, eləsinə üstünlük verilməlidir ki, onlar saçları bir yerə yığsın və hərəkətə mane olmasın. Qadın ofisiyantların saçlarını müəssisədə qəbul olunmuş qayda ilə bəzəmək olar.

Əllərin təmizliyinə həddən artıq diqqətli olmaq lazımdır. Dırnaqlar qısa və təmiz olmalı, solğun və gözə çarpmayan lakla rənglənməlidir.

Parlaq lak iş şəraitində çox pis qəbul olunur. Əllərin dərisi yumşaq və elastik olmalıdır.

Üzün təbii gözəlliyini pozmaq olmaz. Yalnız təbii əks etdirən və sağlamlığı qoruyan kosmetikadan istifadə edilməlidir. Üzün dərisinə qulluğun əsasını onun təmizliyi təşkil edir. Odur ki, həddən artıq kremdən, pudradan istifadə etmək insana heç də gözəllik gətirmir. Onlardan toy şənliklərində, bayramlarda və ziyafətlərdə cüzi istifadə edilməlidir.

Yeməxanalarda, qəhvəxanalarda və restoranlarda ətirdən istifadə etmək, papiros çəkmək məsləhət görülmür. Çünki ərzaq tez iy götürmək qabiliyyətinə malikdir.

Ofisiyant bəşirilən xörək və içkilər haqqında yığcam, lakin düzgün məlumat verməlidir. Yeməxana işçilərinin danışığı gözəl, məlahətli olmalı, əmr formasından istifadə edilməməlidir. Yalnız "buyurun", "üzr istəyirəm", "məmnuniyyətlə" və s. sözlərlə xoş münasibət yaratmaq olar.

QONAQ VƏ QƏBULU

Qonaq

Qonaq siması əsrlərlə yaranıb. Qonaqpərvərlik mənəvi təminat meyarı olub, bəzi ölkələrdə hüquqi institut statusu alıb. Qonağın qəbulu daim təkmilləşdirilən qayda və adətlər üzrə yerinə yetirilir.

Qonaqlar iki qrupa bölünür: adi və hörmətli qonaqlar. Hörmətli qonaqlara valideynlər, baba və nənələr, müəllimlər, yüksək ictimai vəzifəli şəxslər, əcnəbi-lər aid edilir. Qonaqları (evdə və süfrədə) qəbuletmə və salamlama, onlara ayrılan yerlə fərqləndirilir.

Dəvət edilmiş və gözlənilməz qonaqlar da olur.

Qonaq dəvət edilmək şərəfli sayılmaq, hörmətli olmaq, səmimi qohumluq əlaqəsi deməkdir.

Xəbərdarlıqsız vizit ev sahiblərində narahatlıq yaradır, onların planını pozur. Hətta bir dəqiqəlik hərəsa getməli olsanız belə, ev sahiblərinə xəbərdarlıq etməlisiniz.

Pis vəziyyətə düşməmək, dostları çətinlikdən qurtarmaq üçün xəbərdarlıqsız vizit edilməməlidir. Yalnızda qalsın ki, xəbərdarlıqsız vizit yalnız çox yaxın qohumlara məcburiyyət qarşısında qalanda edilə bilər. Etikət qaydalarına görə vizitin işgüzar və çox qısa olacağı barədə xəbərdarlıq edilməlidir.

Xəbərdarlıqsız vizitdə vaxtın seçilməsi incə bir məsələdir. Bu şəxsin səviyyəsinə dəlalət edir. Vizit üçün ən yaxşı vaxt gündüz saat 12-dən 17-yə qədərdir. Ən yaxşı gün isə şənbə və ya bazar günləridir. Yalnız köhnə dostlara, yaxın qohumlara şənbə və bazar günləri xəbərdarlıqsız qonaq getmək olar. Burada da vizit üçün vaxt şəhər saat 9-dan axşam saat 20-ə qədərdir.

Bəs gözlənilməz qonağa ev sahibləsinin münasibəti necə olmalıdır? Etikət qaydalarına görə qonağa diqqətli olmalı və digər işlər müvəqqəti təxirə salınmalıdır.

Evin səlqişəz olmasına görə ev sahibəsi o qədər

də narahat olmamalı və özünü itirməməlidir. Evi tələsik qaydaya salmamalı və ondan üzr istəməməlidir. Bu vaxt ev sahibi qonaqlarla məşğul olmalı, ev sahibəsi isə özünü səlqişə salıb, təcili süfrə hazırlamalıdır. Evin sahibəsi özünü dost kimi göstərüb, qonaqları hörmətlə qəbul etməlidir. Yaxından təşrif buyurmuş qonaqları çaya və qəhvəyə dəvət etməli, uzaqdan gələnələrə isə yemək verilməlidir. Bu vaxt ev sahibləri qonaqlara qəlyanaltı, konserva, kolbasa, pendir, hətta çaxır da təklif edə bilərlər.

Elə vaxtda qonaq getmək lazımdır ki, ev sahiblərinin qaydaları pozulmasın. Qonaq gedib, çox oturmaq pis adətdir. Hiss edəndə ki, evdə artıqsan, həmin anda evi tərk etməlisən. Qonaq uzun müddət ləngiyərsə, ev sahibi yumor şəklində çıxış yolu tapır. Yerli qonağa işarə edərək, nəfəsliyi açır, uzaqdan gələn qonaqdan isə borc pul istəyir.

Etiket qaydalarına görə qonaq üç gündən sonra qonaq hesab olunmur.

Qohum-qardaş və yaxınlar arasında ədəb qaydalarına riayət olunmalıdır. Qonağın gəlişi ev sahiblərini məmnun etməklə bərabər, böyük zəhmət tələb edir. Bunu qohumlar və dostlar yadda saxlamalıdırlar. Buna baxmayaraq, çoxları dostluq münasibətindən sui-istifadə edir. Məsələn, özünü yeganə sevimli qonaq hesab edən başa düşmək istəmir ki, ev sahibini narahat edir və gərginlik yaradır. Xüsusilə çağırılmamış qonaqların tez-tez gəlməsindən şəhərin mərkəzində və kurort şəhərlərində yaşayanlar daha çox əziyyət çəkirlər.

Xəbərdarlıqsız gələn qonaq hiss etsə ki, gəlişi vaxtına düşməyib, bəhanə gətirib təxirəsalınmaz işi olduğunu bildirməlidir. Ev sahiblərini narahat etdiyi üçün üzr istəyib, yeni görüşə münasib vaxt təyin edib, getməlidir.

DƏVƏTETMƏ

Dəvətetmənin forması və vaxtı müxtəlifdir. Bu şənliyin böyük və kiçikliyindən asılı olaraq, poçt kartı, telefon və şəxsi görüşlər vasitəsilə ola bilər. Gəlişiniz barədə ev sahibləri əvvəldən bilsələr yaxşı olar. Ev sahibləri böyük mərasimlərə və bala iki həftə, rəqs gecəsinə bir həftə, səhər nahar və yeməyinə 4-5 gün, kiçik şam yeməyinə və çaya isə 2-4 gün əvvəldən dəvət etməlidirlər.

Toy məclisinə, böyük bala (rauta) dəvəti ar və arvad edir. Digər başqa dəvətlər isə yalnız evin xanımı tərəfindən olur. Dəvətnamə kişinin adına göndərilir. Oraya həyat yoldaşının, evdə böyük qızlar varsa, onların da adları əlavə olunur.

Validəynləri ilə bir yerdə yaşayan, ancaq müstəqil vəziyyətdə olan oğlanlara ayrıca dəvətnamə göndərilir.

Kiçik axşam məclisi üçün evin qadınına müraciət olunur. Gənc qızlar isə bir-birini özləri dəvət edirlər. Onların valideynlərinə dəvətnamə göndərilir. Çünki heç bir qız valideynlərinin icazəsi olmadan nə dəvət edir, nə də dəvəti qəbul edir.

Hazırlaşmaq üçün müəyyən qədər vaxt olmalıdır.

Dəvəti qəbul etdirmək üçün dilə tutmaq yaxşı deyil. Bu məsələni dəvət alan özü həll etməlidir. Belə demək olar: "bizim şənlikdə iştirak etməyinizə çox şad olardıq". Ancaq nəzakət həddini də keçmək düzgün deyil. Hətta ən yaxın dostunuzla belə ehtiyatlı olmalısınız. Adətən, belə hallarda gənc qızlar daha çox səhvə yol verirlər.

Nahara və ya şam yeməyinə yazılı şəkildə və şəxsen dəvət edirlər. Belə yerə xanım dəvət olunursa, ona vizit etməlisən. Toylara, böyük bal məclislərinə çap olunmuş dəvətnamə göndərilir. Əvvəldən şifahi dəvət edilənlərə də dəvətnamə göndərilməlidir.

Dəvətnamə adətən, zərfdə və bağlı şəkildə poçt

vasitəsilə göndərilir. Qonaq çağırılan yerə getməmək ədəbsizlikdir. Yalnız bəzi gözlənilməz hadisələr bu görüşü təxirə sala bilər. Belə halda mütləq xəbərdarlıq edilməli və səbəblər göstərilməlidir: "əhvalım yaxşı deyil", "geyinmək üçün bir şeyim yoxdur" kimi bəhanələr üzürlü səbəblər hesab edilmir. Ultimatum şəklində "gələ bilmərəm", – demək də ədəbsizlikdir.

Evdə uşaq varsa, həmişə ortaya belə bir sual çıxır: "Qonaqlığa uşaqla, yoxsa uşaqsız getməli?" Burada iki variant ola bilər. Birincisi, yığıncaq yalnız böyüklər üçün təşkil olunubsa və gedəcəyiniz evdə uşaq yoxdursa, yaxşı olar ki, onları özünüzlə aparmayasınız. Əgər dəvət aldığınız ailədə uşaqlarınızla həmyaşıdlar varsa, oraya uşaq götürmək olar. Belə halda bu məsələ də dəqiqləşdirilir. Evdə uşaq varsa və onu qoymağa yer yoxdursa, onda valideynləri uşaqsız çağırmaq yaxşı deyil.

Əgər qonaq çağırılıbsınızsa, Siz də onları qonaq dəvət etməlisiniz. Evdə qonaq qəbul etməyə şərait yoxdursa, bu faciə deyil. Onları qəhvəxanaya, restorana, şəhərkənarı gəzintiyə, bağa və s. dəvət edə bilərsiniz.

Əri, yaxud arvadı bir-birindən ayrı qonaq çağırmaq olarmı? Belə dəvətlər təsadüf hallarda olur. Ayrı-ayrılıqda kişini kişilərdən ibarət ziyafətə, qadını isə iş yoldaşlarının ev alması münasibəti ilə təşkil edilmiş yığıncağa dəvət etmək olar. Belə məclislər nadir hallarda təşkil edilərsə, incimək lazım deyil. Tez-tez təşkil edilən belə məclislərdən imtina etmək lazımdır.

QONAQSINIZ

Dəvətnaməni alıb, təşəkkürünüzü bildirməlisiniz. Dəvət qəbul olunubsa, görüşün xüsusiyyətlərini nəzərə alıb, hazırlaşmalısınız. Kiçik qonaqlığa, ailə şənliyinə, ad gününə, toya dəvət alıbsınızsa, geyim, gül dəstəsi, vaxt və s. müəyyənləşdirilməlidir.

Qonaqlığa hansı paltarda gedəcəyinizi əvvəldən planlaşdırmalısınız. Yadda saxlayın ki, geyiminiz səliqəli, təmiz, gözəl olmalı, lakin göz qamaşdırmamalıdır. Geyim hərəkətləri məhdudlaşdırmamalı və əl-qolu bağlamamalıdır. Şənlikdə fikriniz çəkmənin ayağınızı sıxmağında, paltarınızın qırışmasında qalmamalıdır.

Bu məsələ kişilər üçün çox asandır. Onları klassik qara rəngli kostyum xilas edir.

Mərasim əhval-ruhiyyəsi yaratmaq üçün geyimə köynək, qalstuk sancağı və s. əlavə etmək olar. Hətta yaxşı ətir və ya yeni saç düzümü əhval-ruhiyyənin yüksəlməsinə kömək edə bilər.

Yadda saxlayın ki, qonaqlığa paltarlarınızı nümayiş etdirmək üçün getmirsiniz. Dostlarınız geyiminizə tamaşa etmək üçün Sizi dəvət etməyiblər. Onlar Sizi yalnız öz evlərində görmək arzusunda olublar.

Əsas məsələ qonaq çağırıldığınız evə xoş əhval-ruhiyyə gətirməkdir. Hədiyyədən əlavə gül dəstəsi gətiribsinizsə, onu açıq şəkildə evin xanımına təqdim edib, təbrik etməlisiniz.

Evin sahibi ilə görüşəndən sonra, Sizdən əvvəl gələn qonaqlar azdırlarsa, hər biri ilə ayrı-ayrılıqda, əgər çoxdurlarsa, hamı ilə baş əyməklə salamlaşmalısınız. Qonaqları təqdim etmək ev sahiblərinin vəzifəsidir.

Evə daxil olarkən, ev sahibəsi digər qonaqlarla məşğuldursa, onu salamlamalı, Sizi dəvət etdiyinə görə təşəkkürünüzü bildirməlisiniz.

Söhbətə başlayarkən, digər dəvət olunanların əhval-ruhiyyəsinə də məsuliyyət daşıyırsınız. Odur ki,

diskusiya aparmaq və ötüb-keçən hadisələr barədə söhbət açmaq yersizdir.

Evdə papiros çəkməyə icazə verilibsə, bundan istifadə etməyin. Papiros damağınızda masa ətrafında əyləşməyin.

Yaxşı səsiniz varsa, elə şərait yaratmayın ki, oxumaq üçün kimsə Sizə xahiş etsin və yalvarsın.

Dəvət olunmamış şəxsi özünüzlə qonaq aparmayın. Hətta qohumunuzun və ya dostunuzun dəvət olunan yerdə heç bir narahatlıq yaratmayacağına əmin olsanız belə, bu düzgün deyil. Bu halda mütləq zəng çalıb, icazə almalısınız. Məclis yalnız məhdud dairə üçün nəzərdə tutulubsa, onda nəinki icazə almaq, heç bu barədə düşünmək belə düzgün deyil. Qonaqlığa getməyə hazırlşırsınızsa və gözlənilmədən qonağınız gəlibsə, "bu axşam məşğuluq, xahiş edirəm başqa vaxt görüşək", – deyə, ondan üzr istəməlisiniz. Qonağınız uzaq yerdən gəlibsə, onu evdə qoyub qonaqlığa getmək yaxşı olmaz. Bu vaxt dostlarla görüşü təxirə salmalısınız.

Dostunuzla tanış olmayan və az tanış olan şəxsləri özünüzlə qonaq aparmaq da düzgün deyil.

Süfrə ətrafında ev sahibəsinin təklifindən sonra göstərilən yerdə əyləşmək olar. Kimin harada əyləşəcəyini ev sahibləri əvvəlcədən müəyyənləşdirirlər.

Məclisdə televizora ev sahibləri özləri maraqlı verilişə baxmağı təklif edəndən sonra baxmaq olar. Televizoru qoşmağı inadla tələb etmək düzgün deyil.

Ev sahibəsi tərəfindən qəhvə təklif edilərsə, deməli, qonaqlıq başa çatıb. Odur ki, getməyiniz daha məqsədəuyğundur.

Qonaqlıqdan saat 23-dən gec olmayaraq, çıxmalısınız. Qonaqlığa uşaqla gedibsinizsə, onda saat 21-dən sonraya qalmayın. Hiss etsəniz ki, ev sahibləri yorğundurlar, bir az tez çıxsanız yaxşı olar. Təşəkkür edib, onları da cavab viziti ilə evinizə dəvət edin və

xudahafizləşin. Ev sahibinin qapını açması yaxşı alınmaz. Odur ki, qapını özünü açıb, bayıra çıxmalısınız.

Ev sahibi qonaqları qapıya qədər ötürməli, palto və plashlarını geyinməkdə onlara kömək etməlidir. Ev sahibləri qadınların kim tərəfindən ötürülməsinə də nəzarət etməlidirlər.

QONAQLARIN VƏ EV SAHİBLƏRİNİN ÖZLƏRİNİ APARMA QAYDALARI

Maraqlı keçən gecələrdə məhəmətlə qonaq qəbul etməyiz uzun müddət dostların, qohumların yadında qalacaq. Bu da qohumlarınız və tanışlarınız arasında hörmətinizi birə on qat artıracaq. Qonaq qəbuletmə bacarığı xüsusilə işgüzar dairələrdə yüksək qiymətləndirilir. Beynəlxalq biznes məktəblərində müdavimlərin həyat yoldaşlarına qonaqları qəbuletmə bacarığı kursları təşkil edilir.

Qadından çox şey asılıdır. O, kişinin imicini, şöhrətini, işgüzarlığını yüksəldə də bilər, yaxud əksinə.

Qonaq qəbul etmək ustalığı tələb edir və ictimaiyyət arasında yüksək qiymətləndirilir. Fransada qonağı qarşılamaq, dadlı yemək hazırlamaq, onları məşğul etmək üçün qadınlara mükafat olaraq "mavi lent" verilir. Belə ev sahibəsi ilə bütün ailə üzvləri fəxr edirlər.

Qonaq qəbuletmənin yüksək cəhəti bir də ondadır ki, o, qohumluq əlaqəsini möhkəmləndirir.

Qonaqlar gələnə qədər ev sahibəsi mətbəxdəki və qonaq otağındakı bütün işini qurtarmalı və bayram libasında olmalıdır.

Evin kişisi böyük uşaqlarla birlikdə qapıya yaxın yerdə olmalı, qonaqları qarşılmalı, palto və plashlarını çıxarmaqda onlara kömək etməlidirlər. Qonaqların gəlişinə qədər hər şey hazırlanmalı, süfrə açılmalı, ev sahibləri qonaqları güləruz qarşılamağa hazır olmalıdırlar.

Qonaqlığa vaxtından əvvəl getmək yaxşı deyil. Gecikmək isə ev sahibinə, eləcə də, qonaqlara hörmətsizlik əlamətidir. On-on beş dəqiqə gecikəni üzürlü hesab etmək olar.

Qonaqların qəbul edilməsi zəhmət tələb edir. Odur ki, qonaqların gəlməsinə təxminən on beş dəqiqə qalmış geyinmək, bir az istirahət etmək üçün vaxt lazımdır. Vaxtından əvvəl gələn qonaqların yanında ev

sahibləri paltarlarını dəyişməyə, əllərini yumağa və s. məcbur olurlar. Bu isə yaxşı deyil.

Dəqiqlik nəzakətli olmağın ifadəsidir. Dəqiqlik insanda gözəl keyfiyyətlərdəndir.

Geyimə xüsusi diqqət yetirilməlidir. Kişilər yalnız öz ailəsinin arasında sürtukdə və ya jaketdə, qadınlar isə kapotda (xalata oxşar paltar) gəzə bilərlər. Evdə kənar şəxslərin yanında belə paltarlar geyinmək yaramaz.

İlk gələn qonaqları ev sahibləri – ər və arvad birlikdə qarşılayır. Palto və plaşların çıxarılmasında kişi onlara kömək edir və qonaq otağına ötürürlər. Evin qadını qonaqlarla qalır, evin kişisi isə yeni gələn qonaqları qarşılayır. Evin qadını qonaqları maraqlı söhbətlərlə, qabaqcadan hazırlanmış təzə jurnallarla, nəşrlərlə və fotosəkillərlə məşğul edir.

Evin qadını sonrakı qapı zənglərinə çıxmamalıdır. O, daha çox evdəki qonaqların qayğısına qalmalıdır.

Qonaqları əvvəl səliqəyə salınmış otağa dəvət etmək lazımdır. Qonaqları otağa dəvət edərkən, heç vaxt öz başmaqlarınızı onlara təklif etməyin. Bu sanitariya-gigiyena qaydalarına görə düzgün deyil və qonağın geyiminin kompazisiyasını pozur.

Parketin və xalçanın çirklənməsindən narahat olmağa dəyməz.

Bəzi kiçik məsələləri də yaddan çıxarmayın. Qonaq üçün təmiz əl-üz dəsmalı və daraq ayırın. Nəzərə alın ki, qadınların saçlarının düzülməli səliqəli olsa, özlərini daha yaxşı hiss edərlər.

Evə birinci daxil olan qonaq ev sahibəsinin zəhmətini qiymətləndirmək üçün ilk növbədə onu salamlamalı və təşəkkür etməlidir. Evin qadınına kiçik gül dəstəsi təqdim edilsə, yaxşı olar. Bu da onlar arasında səmimi və mehriban münasibət yaratmış olar. Ev sahibəsi gül üçün təşəkkür etməli və onları qonaqlar olan otaqda görünən yerə qoymalıdır.

Evə daxil olan kimi süfrə arxasında oturmaq yaxşı deyil. Yalnız hamı yığışandan və ev sahibəsi onları bir-biri ilə tanış edəndən sonra süfrəyə dəvət olunurlar.

Bir neçə kəlmə isə tanış olarkən və xudahafizləşərkən, ümumi diqqət barədə. Hazırda tanışlıq vaxtı əyilərək salamvermə, ayaqları bir-birinə vurma dəbdən düşüb. İndi əl verib, görüşmə, azacıq baş əyib, salamlama dəbdədir.

Güləmsəyib, yüngül baş əyib, görüşmək, insanlar arasında mehriban münasibətlərin yaranmasına səbəb olur. Baş əyib, görüşənə cavab verməmək ədəbsizlikdir.

Əllə görüşməyin müxiəlif növləri var. Məsələn, tanış olarkən və xudahafizləşərkən, birinci qadın kişiye əl uzatmalıdır. Lakin kişinin əlini sıxmamalıdır. Kişi ilə qadının əllə görüşməsi eyhamsız olmalıdır. Əllə görüşərkən, qadının əlini saxlamaq ədəbsizlikdir. Əllə görüşmək insanların bir-birinə rəğbət bəsləməsinin ilk əlamətidir.

Birinci kişi qadına baş əyməlidir. Qadın yalnız özündən yaşlı və yüksək mənəbli qadınlara təqdim olunarkən, yerindən qalxmalıdır. Təqdim olunan zaman "Sizinlə tanış olduğumdan çox şadam", "çox xoşdur" və s. bu kimi sözlərdən istifadə edilməlidir.

Digər qonaqlara toxunmasın deyə, yeni gəlmiş qonaqların evin xanımı tərəfindən ucadan salamlanması düzgün deyil.

Qonaqlar hələ gəlirlər, lakin süfrəyə dəvət olunmayıblar. Bu fasiləni necə qısaltmaq və maraqlı etmək olar? Belə bir söz var: "aperitiv". Aperitiv qonaqları yeməkdən əvvəl məşğul edir, iştahı açır və qonaqlar arasında ünsiyyətin yaranmasına kömək edir.

Evin qadını bütün qonaqlarla eyni münasibətdə olmalı, vəzifəsinə və rütbəsinə görə onları bir-birindən ayırmamalı, məlum normalara əməl etməlidir. Burada iki bölgü olur: qonaqlar və ev sahibləri.

Qonaqlarla söhbət edərkən, telefon danışığı uzun

çəkməməlidir. Üzr istəyib, qonağınız olduğunu və başqa vaxt zəng edəcəyinizi bildirməlisiniz.

Qonaqlar süfrə ətrafında yalnız evin xanımının dəvətindən və ev sahibi oturandan sonra əyləşməlidir. Bu çoxdan dəbdə olan bir adətdir.

Evinizə dəvət etdiyiniz qonaq çox hörmətlidirsə, onda süfrəyə dəvət bir qədər mərasim xarakterində olmalıdır. Evin kişisi süfrəyə birinci hörmətli qonağın qadınını dəvət etməli və əyləşməlidirlər. Ev sahibəsi isə hörmətli qonaq ilə axırda oturmalıdır. Əgər hörmətli qonaq evin sahibəsini hörmətlə süfrəyə dəvət edərsə (belə halar tez-tez olur), onda hörmətli qonağın qadını ilə ev sahibi axırncı əyləşməlidirlər.

Möhtərəm qonağın qadını ev sahibinin sağ tərəfində, kişi isə ev sahibəsinin sağ tərəfində əyləşməlidir. Bu yerlər süfrənin mötəbər yerləri hesab olunur.

Üzü giriş qapısına tərəf olan yer mötəbər hesab edilir. Mötəbər yerin üzü küçəyə açılan pəncərəyə tərəf də ola bilər. Bu süfrənin düzülüşündən asılıdır. Məclisdə ər və arvad bir-birindən ayrı əyləşməlidirlər, üzbəüz əyləşməməlidirlər. Yalnız bir halda, özləri xahiş etsələr, onda yanaşı əyləşə bilərlər. Bəy və gəlin yanaşı əyləşməlidirlər.

Dördkünc masada orta və baş tərəf mötəbər yer hesab olunur. Belə masada ev sahibi ilə xanımı qarşı-qarşıya əyləşirlər.

Əgər masa II şəkildədirsə, ev sahibi qadını ilə ortada yanaşı əyləşirlər. Möhtərəm qonaqların yeri isə yuxarıda göstərilən kimi qahr.

Dəyirmi masada evin kişisi qadın ilə qarşı-qarşıya əyləşir.

Böyük və kiçik məsələsinə gəldikdə isə, ümumi qaydalara əməl edilməlidir. Qonaqların arasında vəzifəli şəxslərə və rütbəliyə yer ayrılır. Onlardan heç birinin inciməyə haqqı yoxdur.

Rəsmiyyəti, ənənəni, ailədəki böyük-kiçikliyi, konkret vəziyyəti, yaşı, qonağın ev sahibinə münasibə-

tinə nəzərə alaraq, lazım gələrsə, müəyyən dəyişikliklər etmək olar.

Qonaqlar arasında əcnəbilər varsa, ilk növbədə onlara növbədənə xidmət edilməli və diqqət mərkəzində olmalıdırlar. Bunlar elə incəliklə edilməlidir ki, digər qonaqlar diqqətdən kənarda qalmasınlar və bu hərəkət yaltaqlıq təsiri bağışlamasın.

Məclisə gecikmək və kimisə gözlətmək pis adətdir. Gecikən qonaq ev sahibinə, dostlara və məclisə narahatlıq gətirir. Gecikibsinizsə (o üzürlü səbəbdən də ola bilər), etiketə görə evin xanımından üzr istəməlisiniz və yalnız yanınızdakılarla salamlayıb, ev sahibəsinin göstərdiyi yerdə əyləşməlisiniz. Ev sahibəsi gecikmənin səbəbini soruşmamalıdır. Süfrə ətrafında əyləşənlərlə əllə görüşmək ədəbsizlikdir.

İlk dəfə dəvət olunduğunuz evə, digər qonaqların yanında diqqətlə baxmaq, otaqları gəzmək, mebellərin, şəkillərin və əşyaların qiymətini soruşmaq düzgün deyil. Ev sahibi lazım bilsə, onları özü Sizə göstərir.

Pianoda çalırınsızsa, yaxşı səsiniz varsa, elə şərait yaratmayın ki, ifa etmək üçün Sizə dönə-dönə xahiş etsinlər.

Təxirəsalınmaz işiniz varsa və məclisi yarımçıq tərk etməlisinizsə, bunu heç kəsə hiss etdirməməlisiniz. Yalnız çıxarkən, ev sahibinə bunun səbəbini bildirməli və təşəkkür edib xudahafizləməlisiniz. Şənliyin ahəngini pozmamaq üçün bu barədə qonaqlara heç bir söz deyilməməlidir.

Süfrə ətrafında düz oturun. Əyləşərkən, stulun arxasına bir qədər toxuna bilərsiniz. Stulun kənarında əyləşməyin. Stulda yırgalanmayın. Belə hərəkətlərlə əyləşənlərə mane ola bilərsiniz. Yemək olan boşqabın üzərinə əyilməyin.

Süfrədə əllərinizin hərəkətlərinə fikir verin. Çörəyə əl vurmaqla, qab-qacağa lazım oldu-olmadı toxunmaqla, ev sahibini əsəbiləşdirə bilərsiniz.

Süfrədə dirsəklənmək düzgün deyil. Onsuz da

süfrədə az yer olur. Süfrədə dirsəklənib oturmaq çəngəl-bıçaqdan istifadəyə mane olur.

Süfrə ətrafında saç daramaq, qulağa və buruna əl vurmaq düzgün deyil.

Süfrə ətrafında kişinin sağında həyat yoldaşı, solunda isə başqa qadın əyləşibse və ona heç kim qulluq etmirsə, onda kişi hər iki qadına diqqətli olmalıdır.

Süfrə ətrafında məktub, jurnal və qəzet oxumaq, məktublaşmaq düzgün deyil.

Yemək haqqında tənqidi fikir söyləmək və yeməkləri həddən artıq tərifləmək də düzgün deyil.

Növbəti badəni içmək istəməyən şəxsə üz vurmağın. Kimsə içki içməyi inadla tələb edərsə, bu o deməkdir ki, o ədəb qaydaları və adət-ənənələri yaxşı bilmir.

Qonaqlığa gecikənlərə “cərimə badəsi” tələb etməyin. Bunu evin sahibi də tələb etməməlidir.

Süfrədə qab-qacaq və çəngəl-bıçaq dəstindən təyinatına görə istifadə edilməlidir. Məsələn, qənd və buz maşasından, kürü götürən kürəkdən, hissə verilmiş balıq üçün ayrılmış çəngəldən və s. düzgün istifadə etməklə özünü göstərən kimi göstərə bilərsiniz.

Evin sahibəsi “nuş olsun”, – deyərək, hamını yeməyə dəvət etməlidir.

Yemək yeyərkən tələsməyin. Yeməyi yaxşı çeynəmədən udan şəxs ətrafdakılar ilə yarışa girmiş təsiri bağışlayır.

Qasıq sağ əldə orta barmağın üstündə, şəhadət barmağı sağ yanda, baş barmaq isə üstə olmalıdır.

Şorba qasıqla ələ götürülməlidir ki, boşqaba damcılamasın. Qasıq yan tərəfdən ağıza yaxınlaşdırılmalıdır. Qasıqla qurtum-qurtum içmək yaxşı deyil. Şorba qaynardırsa, soyuyana qədər gözləmək lazımdır. Boşqabda bir-iki qasıq şorba saxlanmalıdır ki, axırda boşqabı əyməyəsən. Boşqabı əyərkən, şorbanı üstünə tökə bilərsən. Boşqab özünə əks istiqamətə əyilməlidir.

Şorba yeyildikdən sonra qasıq boşqaba qoyulur. Şorbadakı xəmir və tərəvəz qasıqla doğranılır.

Bıçaq sağ əllə tutulur və ovuc bıçağın qulpunda olur. Çəngəli iki cür tutmaq olar. Bıçaq kimi, yəni iti tərəfi (dişləri) boşqaba tərəf və ya qasıq kimi. Bu halda yemək onun əyri hissəsi ilə götürülür. Bu o qədər yaxşı alınmasa da, ancaq rahatdır.

Toyuq ətinə, mal və mal dilini, ciyəri bıçağın ucu ilə özünə tərəf kəsirsən. Onları ələ tikələrə bölmək lazımdır ki, bir dəfəyə yemək mümkün olsun.

Uşaqlar çəngəl və bıçaqdan düzgün istifadə edə bilmirlər. Uşaqların heç kimin köməyi olmadan yeməsi üçün əti doğrayırıq.

Bıçağa ehtiyac olmayan xörəklər, məsələn, əriştə qasıqla, qayğanaq və fəsəli isə çəngəllə yeyilir. Çəngəl sağ əldə tutulur.

Balıq iki çəngəlin köməyi ilə yeyilir. Bir çəngəl sümükləri ayırmaq, digəri isə yemək üçündür. Burada bıçaqdan istifadə edilmir. Çünki bıçaqla sümükləri xırdaLAYANDA, təhlükə yarana bilər. Ağıza sümük düşmüşsə, o çəngəllə boşqaba qoyulur.

Xeyli vaxtdır İngiltərədə azacıq enli, iti tərəfi gödək balıq bıçaqlarından istifadə edilir. Ancaq bu bıçaqla da balıq kəsmir, yalnız sümükləri ayırırlar.

Çəngəl ilə balığı tikələrə ayırırlar. Əgər balıq yumşaqdırsa, çəngəldən qasıq kimi istifadə edərək, balığı bıçaq ilə çəngələ qoyurlar.

Toyuq və çöl quşu yeyərkən, çəngəl-bıçaqdan istifadə etməklə əti sümükdən ayırırlar. Sümüyün üzərində ət qalıbsa, onu əllə tutmaq düzgün deyil. Əgər əli yumaq üçün camda su verilsə, yalnız bu halda ətli sümüyü əllə götürüb yemək olar.

Şirin yeməklərə – çərəzə, xamaya, qaymağa, şirə ilə qarışdırılmış meyvə və giləmeyvələrə desert qasığı verilir. Meyvə və bostan bitkiləri isə bıçaq və çəngəllə yeyilir.

Kremli və meyvəli qənnadı məmulatlarını yeyərkən, kiçik çəngəldən istifadə edilir.

Elə yeməklər də var ki, onları əllə götürmək olar. Çörəyi dişləməzlər, onu əllə bölərlər. Çörək pirojki boşqabında və ya salfetkanın üstündə sol tərəfdən verilir.

Bəzi pirojnalari, pryaniki, bulkanı, meyvələri əllə götürüb yemək olar. Ancaq onlar buluddan qənnadı maşası və kürək ilə, iri meyvələr isə əllə götürülməlidir. Naringi əllə təmizlənilib dilimlərə ayrılır. Portağal isə bıçaqla dilimlərə bölünür. Qarpız dilimlənilib, boşqaba qoyulur, tumları bıçaqla təmizlənilir və çəngəl ilə yeyilir. Banan əl ilə təmizlənilib, sonra boşqabda kiçik dilimlərə bölünür.

Ümumi buluddan yeməyin yaxşı tikəsini seçmək, almanın əlasını götürmək və s. etiket qaydalarına görə yolverilməzdir. Ya üstdəki, ya da yaxındakı götürülməlidir. Buluddan meyvə götürmək istəyirsinizsə, əlinizi qabağa uzatmaq lazım deyil. Yaxında əyləşəndən, xahiş edib Sizə lazım olanı ala bilərsiniz.

Süfrə ətrafında çeynəyərək danışmaq, badələrə toxunmaq, əyləşənlərə mane olmaq ədəbsizlikdir.

Əksər ölkələrdə bayram süfrəsində içkilər olur. Ancaq içməyin də öz qaydaları var və bunlar olduqca ciddidir. Həddən çox spirtli içki içmiş (kefli) şəxs məclisi poza bilər. Əlbəttə, belə şəxsləri ikinci dəfə qonaq çağırırlar.

Spirtli içkidən istifadə edərkən, həddi bilmək lazımdır. Həddi bilməmək insana əskiklik gətirər. Müdrik adamların dedikləri kimi, birinci badə atəşi, susuzluğu, yanğıni söndürmək, ikinci badə şənlik yaratmaq, üçüncü badə ləzzət almaq, dördüncü badə isə ağlısızlıqdır.

Qədim yunanların dediyi kimi, yeməyin və içkinin həddini aşmaq alçaqlıqdır. Bunu isə yalnız vəhşi və mədəniyyətsiz adamlar edə bilərlər.

Etiket qaydalarına görə başqasını içməyə məcbur etmək lazım deyil. Yeməkdən imtina etmək olmaz, spirtli içkidən isə olar. Kim nə qədər istəyirsə, o qədər

də süzüb içə bilər. Bu barədə mübahisə etmək yersizdir.

Etiket qaydalarına görə süfrə ətrafında əyləşərkən, əvvəl içkiləri gözədən keçirib, hansından içməyi, hansından imtina etməyi müəyyənəşdirmək lazımdır. Bir sözlə, özünüzü ədəb qaydaları çərçivəsində aparmalısınız. Məclisdə özünüzü idarə etməyi bacarırsınızsa, bu yüksək mədəniyyətinizi göstərir və müsbət insani keyfiyyət hesab olunur. Etiket qaydalarına görə hər sağlıqdan sonra badəni qaldırmalı və azacıq içdikdən sonra (daddıqdan) süfrəyə qoymalısınız. Bu həm rəy olduğunuzu bildirir. Hər sağlıqdan sonra badədəki içkini sona qədər başa çəkmək məcburi deyil.

Ailə məclislərində adətən, ev sahibi içkini əvvəl özünə, sonra qonaqlara süzür. Ev sahibi yemək və içkiyə hamıdan əvvəl başlamalı, sonra qonaqlara təklif etməlidir. Birinci sağlığı da ev sahibi deməlidir.

Qədəh bir qədər aşağı hissəsindən tutulur. Belə, də qədəhi qədəhə vuranda səs yaxşı çıxır.

Kişi qədəhini qadının qədəhindən bir qədər aşağı tutmalıdır.

Tamada – ev sahibinin köməkçisi, məclisin ruhlandırıcısıdır. O, kəskin sözlü, bacarıqlı təşkilatçıdır. Tamada söhbət üçün mövzular tapır və məclisə şən əhval-ruhiyyə gətirir. Məclisdə qadınlar iştirak edərsə, tamada özünü daha mədəni və yüngül yumorla aparmağa borcludur. İstedadlı tamada “vəzifəsindən” sui-istifadə etməməli, qonaqların ardıcılıqla sağlıq deməsinə imkan yaratmalıdır. Etiket qaydalarına görə tamadanın axşam şənliyində yalnız üç sağlıq deməyə ixtiyarı var.

Rəsmi qəbullarda şampan süzüləndən sonra sağlıq deyilir. Rəsmi qəbullarda qədəh-qədəhə vurulmur. Rəsmi sağlıqları kişilər ayaq üstə, qadınlar isə oturaq vəziyyətdə dinləyirlər. Yubilyar üçün deyilən sağlıq əsas hesab edilir.

Fikrini bütövlükdə yumorla ifadə edən və sağlıq deyən qonaq məclis tərəfindən sevilir.

Başımızı aşağı salıb kobud, yersiz, ədəbsiz lətifələrə qulaq asmaq məcburiyyətində qalanda məclis dərixdirici keçir.

Maraqlı lətifə eşitməklə yanaşı, qısa sağlıqlar da insanda xoş əhval-ruhiyyə yaradır. Belə sağlıq deyilərkən, yemək dayandırılır, çəngəl-bıçaq yerə qoyulur.

Bir qayda olaraq, sağlıqlar yeməklərarası deyilir. Kiminsə beş-on söz deməsi üçün yeməyi dayandırmaq lazım deyil. Bu sağlıq deyənin ədəbsizliyidir. Məclisdəkilərin diqqətini uzun müddət cəlb etmək də olmaz. Sağlıq ciddi, qısa və ağıllı olmalıdır.

Qədəh-qədəhə vurmaq getdikcə dəbdən düşür. Sağlıq yubilyara və ya səbəbkara aiddirsə, onda əvvəl onların özləri ilə, sonra valideynlərlə, daha sonra qonaqlarla qədəh-qədəhə vururlar.

Buluddan yemək çəkmək, çörək və içki götürmək istəyirsinizsə, əvvəlcə əlinizdəki çəngəl-bıçağı boşqaba qoymalısınız. Yalnız çəngəldən istifadə edirsinizsə, tutacaq sağ tərəfə olmaqla boşqaba qoyulur. Əlinizdə çəngəl və bıçaq varsa, çəngəlin tutacağı sol, bıçağın tutacağı isə sağ tərəfə qoyulur.

Yeməkdən sonra çəngəl və bıçağın tutacağı paralel şəkildə sağ tərəfə qoyulur. Bununla xidmət edənlərə bildirilir ki, boşqabı götürə bilərlər.

Bir qədər dişlərin təmizlənməsi haqqında. Ümumiyyətlə, diş təmizləyən çöplərdən az istifadə edilməlidir. Dişinizdə ət qırığı qalıbsa, səbr edib, imkan düşən kimi kənar bir yerə çəkilib, təmizləyə bilərsiniz. Bu nə qədər ehtiyatla edilsə də, Sizin haqqınızda xoşagəlməz təəssürat yarana bilər. Ümumiyyətlə, ağızı açıb dişləri təmizləmək həm ədəbsizlik, həm də iyrənc hərəkətdir. Yüksək qəbullarda süfrəyə diş təmizləyən qoyulmur.

Zövqlə açılmış süfrəyə kağız və parça salfetkalar düzülür. Parça salfetka dizin üstünə serilir, kağız isə boşqabın sol tərəfindən qoyulur. Yeməkdən sonra kağız

salfetka boşqabın içərisinə, parça salfetka isə boşqabın sol tərəfinə qoyulur.

Süfrədə ucadan danışmaq, ağızı əllə yelləmək, xörəyi üfürə-üfürə və marçıltı ilə yemək ədəbsizlikdir.

Bıçaq və ya çəngəl yerə düşmüşsə, masanın altına əyilməyin. Hətta onu yerdən götürüb, salfetka ilə təmizləmək də olmaz. Təmiz çəngəl və bıçaq gətirməyi xahiş edin.

Möhkəm acsınız və yemək də olduqca dadlıdır. Bu vaxt ağızınızı yeməklə doldurmayın.

Xörək xoşunuza gəlməyibsə, onu ağızınızdan boşqaba qaytarmayın. Onu birtəhər udmağa çalışın.

Yeməklərin nədən hazırlandığını soruşmaq yaxşı deyil. Süfrəyə Sizə tanış olmayan yeməklər verilibsə, yalnız onda nə isə soruşmaq və sual vermək olar. Qonaqlar hiss etdirməlidirlər ki, təkcə yemək yemirlər, həmçinin ev sahibəsinin mətbəxi və xörək bişirmə bacarığı ilə də maraqlanırlar.

Evin əşyalarına ehtiyatla və səliqə ilə yanaşmaq lazımdır. Məclis dağılandan sonra süfrənin siqaret ilə yandırılması, qabların sındırılması və çəngəllərin əyilməsi aşkarlanmamalıdır.

Boşqabda yeməyin artığını saxlamaq yaxşı deyil. Əgər hesab edirsinizsə ki, boşqabda yemək saxlamaq zəriflikdir, böyük səhvə yol verirsiniz.

Süfrədəki çörək qırıntılarını və xörəyin qalığını döşəməyə tökmək olmaz. Onları səliqə ilə kağız salfetkanın arasına yığın.

Ayaqlarınızı masanın altına necə gəldi uzatmayın.

Çəngəl-bıçaq növbəti xörəklə işlədiləcəksə, onları süfrəyə qoyun.

Bıçaq sağ, çəngəl isə sol əldə tutulmalıdır. Onları bir əldən digərinə ötürmək olmaz.

Yeməyi nə ilə içəcəksinizsə, əvvəl ağızınızdakını udun, sonra isə için. Stəkanda ləkə qalmasın deyə, dödəğinizi kağız salfetka ilə silin.

Əlavə içkini əvvəl yanınızda əyləşənə təklif edin, sonra isə özünüə süzün.

Uşaqlar məclisdə böyükrlə eyni süfrə ətrafında əyləşməməlidirlər. Onlar üçün ayrıca süfrə açılmalıdır. Yaxşı olar ki, süfrə başqa otaqda açılsın.

Məclisə evin sahibəsi yekun vurur. O, salfetkanı süfrəyə qoyub, ayağa durur, onun arxasınca isə qonaqlar ayağa qalxırlar. Bu vaxt ev sahibi də, qonaqlar da mehribanlıq və səmimilik göstərlər. Ev sahibi iki dəfə – qonaqları qarşılayanda və yola salanda sevinir.

SÜFRƏNİN DÜZÜLMƏSİ

Dadlı və ləziz xörəklər süfrənin zövqlə düzülməsini tələb edir. O təkcə ev sahibinin qonaqpərvərliyini göstərmir, həm də evin daxilinə gözəllik verir, xoş əhval-ruhiyyə yaradır, iştahı açır və yeməklərdən ləzzət almış olursan.

Süfrənin düzülməsi – səhər, nahar, şam yeməklərinə hazırlıq və onları süfrəyə düzmək deməkdir. Süfrəni düzməyin əsas tələbləri bunlardır: sadəlik, sərfəlilik, otağın interyeri və verilən yeməklərlə uyğunlaşdırılması. Bunlarla bərabər süfrəni düzməyin estetik istiqamətinə, formasına, rənginə, bəzənməsinə, qab-qacağa, süfrənin, salfetkanın rənginə fikir verməli, milli adət-ənənələrə əməl olunmalıdır.

Süfrənin düzülməsi müasir dövrdə elə klassik formadadır ki, bunun üçün optimal qaydalardan istifadə etsək kifayətdir. Əlbəttə, burada öz fantaziyanızdan istifadə etməyə heç kəs mane ola bilməz. Burada qəbul olunmuş ümumi qaydalardan söhbət açılır. Yəni hansı dəstdən istifadə edilməli, onlar necə düzülməli və salfetka harada olmalıdır? Bıçaq və qədəhin yeri də müəyyənleşməlidir.

Kreslo və kürsülər masanın ətrafına elə düzülməlidir ki, qonaq özünü olduqca sərbəst və rahat hiss etsin, masanın ayaqları və yanında əyləşənin dirsəyi ona mane olmasın. Ona görə də hər bir qonağa 60-70 sm-lik yer ayrılmalıdır. Bu da süfrənin düzülməsinin əsas parametridir.

Masaya salınmış süfrə təmiz, ləkəsiz, nişastalanmış və ütülənmiş olmalıdır. Kətan parçadan tikilmiş süfrə daha gözəl görünür.

Süfrənin rəngi, gülləri qabların rənginə və güllərinə uyğunlaşdırılmalıdır. Əgər qabların rəngləri müxtəlifdirsə, onda süfrə bir rəngdə olmalıdır. Qablar bir rəngdədirsə, süfrə alabəzək, yaxud bir rəngli olmalıdır. Süfrə masanın dörd bir yanından 25 sm-dən az,

həmçinin kreslonun oturacağından aşağı olmayaraq, sallanmalıdır. Belə süfrə ilə örtülmüş masa çox gözəl görünür. Mərasim naharı və şam yeməklərində masaya ağ süfrə sərilir.

Süfrə sürüşməsin və şax dursun deyə, onun altından qalın parça salınır. Bu həm də masaya dəyən qab-qacağın səsinə azaldır.

Masa gözəldirsə, üstünü kiçik salfetkalarla örtmək olar. Onların üstünə boşqablar və ümumi bulud sığışmalıdır. Masanın üstünün qalan yerləri isə boş qalmalıdır.

Hər qonaq üçün salfetka süfrənin rənginə uyğun seçilməlidir. O üçbucaq, konvert, trubka, konus, "raket" formasında bükülür və boşqaba ələ qoyulur ki, tez açmaq mümkün olsun. Süfrəni səhər yeməyi üçün düzərkən, salfetkanı dörd və ya üçbucaq şəklində qatlamaq kifayətdir. Banket süfrəsinə qoyulan salfetka isə "raket" və kolpak şəklində qatlanır. Yaxşı ütülənmiş və səliqə ilə bükülmüş salfetka mərasim süfrəsinə yaraşqlı göstərir.

Qeyd etmək lazımdır ki, salfetka hələ iki min il bundan əvvəl mərasim süfrələrini bəzəyib. Salfetkadan istifadəni çoxları bilmədiyindən, bundan təyinatına görə istifadə edilmir. Salfetka ilk növbədə kostyumu və paltarı yemək damcılarında qorumaq üçündür. Etiket qaydalarına görə salfetka açıq şəkildə dizlərin üstünə örtülür. Salfetkanı yaxaya keçirənlər və ya sinə üstünə qoyanlar köhnə dəbdə gedənlərdir. Salfetkadan üz və ya cib dəsmalı kimi istifadə edənlər ancaq təəccüb doğurur və hərəkətləri ilə ev sahiblərini təhqir etmiş olurlar.

Qab-qacağı salfetka ilə silmək olmaz. Belə hərəkətlərlə səviyyənizi nümayiş etdirmiş olarsınız. Kağız salfetkalar masaya xüsusi dayaqalarda və ya vazada qoyulur.

Süfrə çox doldurulmamalıdır. Yeməklər süfrəyə ardıcılıqla verilməlidir. Həm də əlavə masadan istifadə edilməlidir.

Süfrənin düzəldilməsinin estetik tələblərindən biri də xörəyin verilməsində qablardan düzgün istifadə olunmasıdır. Süfrəyə düzülmən qab-qacaq xörəklərə və qəlyanaltıya uyğun gəlməlidir. Yemək boşqablara ələ çəkilməlidir ki, onların kənarları boş qalsın. Bu naxışlı boşqabların yaxşı görünməsinə və xörəklə uyğunlaşmasına imkan verir. Xırda naxışlı qablar xörəklərin düzülüşünə və qarnirə (xırda doğranmış tərəvəzə), kəskin geometrik formalı qablar isə xörəklərə və qarnirə uyğun gəlir.

Zövq ilə seçilmiş qablar xörəkləri daha yaxşı göstərir. Qabların rənginin də böyük əhəmiyyəti vardır. Parlaq məmulat ağ qabda yaxşı görünür. Ağ məmulat isə göy qablara (kobolt) uyğun gəlir. Qabların və yeməklərin rənginin fərq incəliyi ilə uyğunlaşdırılması effektivdir.

Milli xörəklər süfrəyə uyğun qablarda verildəndə kolorit yaranır.

Meyvə və gül süfrəni çox yaraşqlı göstərir. Güllər insanda yaxşı əhval-ruhiyyə yaradır və dekorativ rolu oynayır. Güldən süfrədə digər qablarla uyğunlaşdırılaraq, yerləşdirilir. Odur ki, onları süfrədə alçaq vazalarda qoysanız yaxşıdır. İçərisində 1-2 ədəd gül olan kiçik vaza hər əyləşənin yanına qoyulsa, daha gözəl görünür.

"Üzən" güllər də çox qəribədir. Kiçik qab su ilə doldurulur və içərisinə saplaqsız güllər qoyulur.

Süfrə daha gözəl görünsün deyə, eni 2-3 sm-lik ipək lent ağ süfrənin üstünə iri xana şəklində çəkilir. Lentin kəsişdiyi yerə sancaqla balaca gül dəstəsi bərkidilir. Lentin rəngi güllərin rənginə uyğun gəlməlidir. Məsələn, bənövşə, yasəmən, peyğəmbərçiçəyi (açıq göy rəngli çöl çiçəyi) açıq göy, çobanyastığına isə sarı rəngli lentə bərkidilir. Belə süfrə çox yaraşqlı görünür, süfrədəki qədəhlər, stəkanlar sanki işıq saçır və əhval-ruhiyyəni qaldırır.

Təbii ki, ilin fəsillərindən də çox şey asılıdır. Ye-

ni il süfrəsinə vazalarda küknar və onun budaqları qoyulur. Onları vazasız da qoymaq olar. Yaxud bəzədilmiş kiçik küknar da qoymaq olar. Yeni il və yubiley şənliklərində yandırılan şamlar süfrəyə xüsusi gözəllik verir. Bunlar həm də insanda şad, lirik və xoş əhval-ruhiyyə yaranmasına səbəb olur. Odur ki, şənliyin hansı məqsədlə təşkil olunduğu nəzərə alınaraq, süfrədə fantaziyaya və zövqə üstünlük verilməlidir.

Süfrəni açarkən, bəzi qaydalara əməl olunmalıdır. Bu süfrənin hansı məqsədlə açılmasından, vaxtdan və qonaqların sayından asılıdır.

Ziyafət süfrəsinə açarkən, müəyyən ardıcılıq gözlənilməlidir. Mərasimlərdə masa nişastalanmış və ütülənmiş ağ süfrə ilə örtülür.

Süfrənin ortasına alçaq güldanda hündürlüyü 20-22 sm-lik təbii gül dəstəsi qoyulur. Güldan masa ətrafında əyləşənlərin bir-birini görməsinə, söhbət etməsinə mane olmamalıdır. Masa böyük olarsa, güldan iki-üç yerdə qoyulmalıdır.

Orta yaşlı qadının şərəfinə təşkil edilən ziyafətdə süfrəni onun sevimli çiçəkləri ilə bəzəyirlər. Süfrəyə həmçinin, sarı, çəhrayı rəngdə qərənfil və qızılgül dəstəsi qoymaq olar.

Yaşlı qadının şərəfinə təşkil edilmiş ziyafətdə isə süfrəni qırmızı gül, iri qərənfil, payız gülü ilə bəzəmək olar. Bu vaxt büllur və çinidən olan bəzəkli güldandan istifadə edilir. Süfrəyə şamdan da qoymaq olar.

Nahar və ya şam yeməyi kiçik yaşlı oğlan üçün təşkil olunubsa, süfrəni göy, qız üçün isə ağ çiçəklərlə bəzəmək lazımdır.

Süfrəni heç vaxt həddən artıq ətirli çiçəklərlə bəzəmək olmaz. Çünki çiçəklərin ətri süfrə ətrafında əyləşənlərin səmimiliyinə, yeməklərin qoxusunu hiss etməyə maneçilik törədir.

Gülün sağ və sol tərəfindən süfrəyə vazalarda meyvə qoyulur. Vazada bir tərəfə portağal, naringi, o biri tərəfə isə alma, armud düzülür. Hər iki vazadakı

meyvələrin üstündən üzüm salxımları qoyulmalıdır.

Qonaqların hər biri üçün yemək boşqabı və onun içərisinə qəlyanaltı nimçəsi, ondan sol tərəfdə isə çörək üçün boşqab qoyulur.

Bıçağın iti tərəfi boşqaba sarı olur. Sol tərəfə süfrəni dəşməmək üçün iti ucu yuxarı olan çəngəl qoyulur. Əgər balıq veriləcəksə, onda balıq bıçağı əsas bıçağın sağ tərəfində, balıq üçün çəngəl isə əsas çəngəldən sol tərəfdə qoyulur. Əgər balığa və qovurmaya qədər qəlyanaltı veriləcəksə, onda onlara da bir az kiçik çəngəl və bıçaq qoyulmalıdır.

Desert qaşığı masanın kənarına paralel, boşqabın qabağına qulpu sağ tərəfə, qabarıq hissəsi isə aşağı qoyulmalıdır. Şorba üçün qaşığı bıçağın sağ tərəfindən, porsiya ilə verilməyən xörəklərə çəngəl, qaşığı, maşa və s. qoyulur. Yağ xüsusi bıçaqla, duz və xardal isə kiçik qaşıqlarla süfrəyə düzülür.

Qab-qacaq bir xətt üzrə düzülməlidir. Əsas boşqab və bıçaq, çəngəllərin ucları masanın kənarında və ondan 1-2 sm aralı düzülməlidir.

Badələr boşqablardan öndə düz xətt və ya dairəvi şəkildə düzülür. Adətən su üçün stəkan, qırmızı və ağ çaxır üçün qədəh qoyulur. Onlardan sağa isə tünd içkilər üçün qədəhlər düzülür. Şampan badəsi isə yağ nimçəsi ilə su stəkanının arasında olur.

Salfetka konus və ya "raket" şəklində qəlyanaltı boşqabına qoyulur.

Hər qonağın yaxınlığına ayrı-ayrı duz qabı qoymaq mümkün deyilsə, onları ədviyyat ilə birlikdə süfrənin ortasına düzmək lazımdır.

Bir nəfərlik süfrəyə nə qoyulmalıdır? Bu menyudan və içkidən asılıdır. Əgər süfrəyə şorba verilməyəcəksə, xörək qaşığına ehtiyac yoxdur. Qırmızı çaxır olmayacağına, qədəh lazım deyil. Balıq verilməyəcəksə, süfrəyə balıq çəngəl-bıçağı və s. qoyulmur.

Çörək nazik dilimlərə doğranmalıdır. Yaxşı olar ki, qonaqlara rahat olsun deyə, çörək süfrəyə boşqab-

larda gətirilsin və onlara yaxın yerdə qoyulsun. Əgər müxtəlif növ çörək veriləcəksə, hərəsindən bir neçə dilim boşqablara qoyulur. Pirojki nimçəsi boşdursa və süfrəyə bir növ çörək verilibsə, çörəyi həmin nimçəyə qoymaq olar.

Səliqə ilə dilimlərə doğranılırmış yağ xüsusi qablarda və ya kiçik nimçələrdə süfrəyə qoyulur. Nimçədə yağ bıçağı da olmalıdır.

Kolbasa bir az çəpinə doğranılır. Hissə verilmiş kolbasa nazik, bişirilmiş kolbasa isə azacıq qalın doğranılır. Nazik kəsilmiş ət, pendir, kolbasa nimçələrdə süfrənin ortasına qoyulur.

Konservanı bankalardan çıxarıb, desert boşqabına və ya kahı (salat) qabına qoyub, göyərti ilə bəzənsəniz yaxşı olar. Sardina və şprot limon dilimləri ilə bəzənir, süfrəyə kahı və ya desert boşqabında qoyulur. Onu açılmış bankalarda da süfrəyə düzmək olar.

Buludda, kahı (salat) və siyənək (seledka) qablarında verilən qəlyanaltıların yanında mütləq paylaşdırma aləti qoyulmalıdır. Məsələn, xama aşqarı ilə qatılmış tərəvəz kahısının dəstəkli boşqabına qulpu sağ tərəfə olmaqla, qaşıq qoyulmalıdır.

Birinci yemək – ət suyu fincana, yaxud dərin boşqaba çəkilir. Fincan və dərin boşqab isə dəstəkli boşqabda verilir.

Çaxır və içkilər açıq şəkildə (şampandan başqa) butulkalarda (şüşə qab) süfrənin müxtəlif yerlərində dəstə şəklinə qoyulur. Şampan süfrədə açılır. Şampan vedrədə verilibsə, paltara damcılamasın deyə, açılmamışdan əvvəl salfetskaya bükülür. Araq qrafinlərdə verilir.

Qonaqların iştahla yeməsi üçün ev sahibəsi xörəkləri zövqlə bəzəməli, səliqə ilə gətirməli və məharətlə süfrəyə təqdim etməlidir.

Nahar və şam xörəyinin süfrəyə düzülməsi, göstərilən xidmət ziyafət süfrəsindən az fərqlənir. Bunlar ev sahibinin imkanından və menyudan çox asılıdır.

YEMƏKLƏRİN VERİLMƏ QAYDASI

Yeməklərin və içkilərin verilməsi səbəbdən və günün vaxtından asılıdır. Çaya dəvət olunubsunuzsa, ümid etməyin ki, Sizə ət qızartması verəcəklər.

Qəlyanaltının isti və soyuq verilməsini onu təşkil edənlər müəyyənləşdirirlər.

Nahar bir qayda olaraq qəlyanaltıdan, şorbadan, qovurmadan və desertdən ibarət olur.

Nahardan qabaq aperitiv (iştah qaldırmaq üçün zəif spirtli içki) təklif etmək olar. Adətən, bu məclisə gecikənləri gözləmək və ya ev sahibəsinin süfrəni düzməsinə sona çatdırmasına imkan yaratmaq məqsədi ilə verilir.

Soyuq qəlyanaltılar əvvəlcədən süfrəyə qoyulur. İsti qəlyanaltılar hansı qabda bişirilibsə, elə onda da verilir. İsti xörək (qəlyanaltı) olan qab kağız salfetka ilə örtülmüş pirojki boşqabına qoyulur. Kokotnitsada (qulplu qab) verilən qəlyanaltı çay qaşığı ilə, porsiya ilə tavada (adambaşına verilən yemək) hazırlanmış yemək isə çəngəllə yeyilir. Xörək şirəsi ilə (sous) düzəldilmiş qəlyanaltıya əlavə çərəz (desert) qaşığı verilir. Bu vaxt qabın qulpu qonağın sol tərəfində, çay qaşığı isə sağ tərəfində olmalıdır. Sosiska-malyutkanı (körpə), teftelini (xırda küftəyə oxşar yemək) porsiya (adambaşına verilən yemək) tavasında vermək olar.

Birinci yemək verilməmişdən əvvəl qəlyanaltı boşqabını və işlədilmiş çəngəl-bıçağı süfrədən yığışdırmaq lazımdır.

Birinci yemək. Ət suyu (bulyon) fincanlara və dərin yemək boşqablarına çəkilir. Fincanı və boşqabı dəstəklik boşqabında verirlər. Ət suyu üçün xüsusi qaşıq verilir.

Birinci xörəyi yemək üçün süfrəyə düzülmüş qaşıqdan, çəngəldən və bıçaqdan istifadə edilir. İşlənmiş çəngəl-bıçaq qablarla birlikdə yığışdırılır.

İkinci yeməyi verməmişdən əvvəl süfrədən tərə-

vəzədən başqa bütün işlənmiş qab-qacaq və qəlyanaltı yığışdırılır.

Ev şəraitində ikinci isti yemək belə ardıcılıqla verilir: balıq, ət, çöl quşu və tərəvəz.

Yemək mətbəxdə formalaşdırılır. Hər bir qonaq üçün ayrı boşqablarda verilir, yaxud yemək ümumi qablarda süfrəyə qoyulur və hər qonaq öz boşqabına yemək çəkir.

Bişmiş balıq qarnir ilə birlikdə kiçik boşqabda verilir. Xörək şirəsi (sous) isə ayrıca verilir. Sümüklər üçün kiçik pirojki boşqabları qoyulur. Qızardılmış balıq oval şəkilli melxor buludda verilir. Hər adam üçün isə kiçik boşqablar qoyulur. Ət yeməyini, kotleti qarnir ilə birlikdə dəyirmi metal və ya çini buludlarda vermək yaxşıdır. Kabab oval metal buludlarda şislə birlikdə, qarnir isə ayrıca verilir. Bütöv qızardılmış quş doğranmış şəkildə buludda süfrəyə gətirilir.

Bəzi xörəklər – ət və tərəvəz kotleti, tefteli, kələm dolması, balıq filesi, omletlər, zapekankalar bıçaq tələb etmir. Onları çəngəllə kəsmək daha rahatdır. Belə halda, çəngəl boşqabın sağ tərəfindən qoyulur.

Bir qayda olaraq, şənliyin, məclisin sonunda süfrəyə şirniyyat gətirilir. Şirniyyat verilməmişdən əvvəl süfrədən bütün qab-qacaq, qəlyanaltı yığışdırılır. Süfrəyə şirniyyat (desert) qab-qacağı düzülür (bəzən süfrə də dəyişilir). Qab-qacaq düzüləndən sonra şirniyyata (desert) keçilir. O həm isti, həm də soyuq ola bilər.

Meyvə, dondurma, piroq, tort soyuq, duxovkadan çıxarılmış piroq isə isti şirniyyat hesab olunur.

İsti və soyuq şirniyyatları (desert) birləşdirmək olar. Yəni qonaqlara “şarlotka” və dondurma təklif etmək olar.

Şirniyyat – kisel, kompot, dondurma, jele xüsusi qablarda hər qonağa nimçədə desert və ya çay qaşığı ilə birlikdə verilir.

Meyvə ilə doldurulmuş vazalar süfrənin ortasına

qoyulur. Bəzi meyvələri isə şirniyyat (desert) boşqablarında ayrı-ayrı vermək olar. Bunlar iki yerə bölünmüş qreyppfrut, saplağı ayrılmış banan, ərik, şaftalı və gavalıdır. Giləmeyvələr (çiyələk, bağ çiyələyi, quşüzümü, mərcan) vazalarda verilir, yanına isə şirniyyat (desert) qaşıqları qoyulur.

Pirojki, tort dayaz vazalarda və xırda kəsilmiş salfetkalarda verilir. Boşqablara qənnadı belı və ya maşa qoyulur.

Mürəbbələr süfrəyə xüsusi vazalarda düzülür. Fərdi mürəbbə nəlbəkisi isə bir-birinin üstünə yığılmış vəziyyətdə vazanın kənarına qoyulur. Çay qaşıqları isə həmin nəlbəkilərin üstünə qoyulur.

İçkilər yeməklərə uyğun olmalıdır. Bu şam yeməyində o qədər də vacib deyil. Balığa, mal ətinə, quşa ağ turş çaxır, qaz, ördək, çöl quşu, qoyun və donuz ətinə isə qırmızı turş çaxır verilir. Desertə rəngindən asılı olmayaraq, şirin və ya kəmsşirin çaxır məsləhətdir. Yalnız qəhvəyə konyak, likör verilir. Şampanı isə hər vaxt bütün yeməklərlə vermək olar.

Şampan, soyuducuda buzlaşdırılmış burqansk, lafit qızdırılmış, qırmızı çaxır, konyak və turş çaxır ev hərarətində verilir. Digər içkiləri (araq, pivə, şirin çaxır) isə soyuq şəkildə süfrəyə vermək lazımdır.

Son zamanlar şam yeməyinə deyil, müəyyən yeməklərə – kababa, plova, qutaba və s. qonaq dəvət edirlər. Çox əlverişli olan bu dəvət evin sahibəsini əlavə zəhmətdən azad edir. Bu vaxt ev sahibəsi yeməklərdən birini yaxşı hazırladığı üçün özünü daha inamlı hiss edir.

Yeməyi paylamaq qaydaları

Adətən, ev sahibəsinin yaxınlığında üstündə təmiz boşqablar və başqa lazımı qab-qacaq olan əlavə köməkçi masa olur. Məsələn, ətrafında 5-6 nəfər qonaq əyləşərsə, ev sahibəsi onlara asanlıqla qulluq edə bilər. Əgər qonaq çoxdursa, onda onlara ayrı-ayrılıqda xörək verilməlidir. Bu halda ev sahibəsi aşağıdakı qaydaları

yaxşı bilməlidir: Əgər qonaq yeməyi özü götürüb boşqabına qoyacaqsə, onda buludu qonağın sol tərəfindən yaxınlaşdırmaq, çaxırı isə sağ tərəfdən süzmək lazımdır. Ayrı-ayrı boşqablara çəkilmiş yeməklər isə sağ tərəfdən verilməlidir.

Yemək süfrəyə vaxtında verilməlidir.

Şənliklərdə yeməyi ev sahibinin sağ tərəfində əyləşən qadınlardan başlayıb, ev sahibi ilə qarşı-qarşıya əyləşən ev sahibəsində qurtarmaq lazımdır. Sonra isə xidmətə ev sahibəsinin sağ tərəfində əyləşən kişidən başlayıb, ev sahibində qurtarırlar. Xörəyi süfrəyə isti halda vermək lazımdır.

Bəzən şved masasından və ya soyuq bufətdən də istifadə edilir. Bu vaxt yemək buluddan götürülüb, boşqablara qoyulur və ayaq üstə yeyilir.

Bütün lazımi şeylər – boşqab, çəngəl, salfeka süfrədə olur. Şved masası ev sahibəsinə qulluq etməkdən, qonaqları isə sıxıntıdan azad edir. Bu yeməklərdən istənilən qədər götürüb yemək olar.

Süfrədə isti xörək yoxdursa, bu soyuq bufet adlanır. Belə süfrədə salatlar, buterbrodlar, soyuq qəlyanaltılar, xörək şirəsi (sous) və içkilər olur. Belə süfrəyə həm də bir cür isti xörək gətirilə bilər.

XÖRƏKLƏR VƏ ONLARIN YEYİLMƏSİ

Bəzi təkrarlara baxmayaraq, xörəklərin yeyilmə qaydalarını yadda saxlamaq lazımdır. Bu o qədər də mürəkkəb iş deyil. Bir vaxtlar menyuya (yemək siyahısı) iyirmiye qədər təam daxil idisə, bu gün mərasim menyusuna yalnız altı-yeddi adda yemək daxildir. Nəhar yeməyi qəlyanaltıdan, birinci, ikinci xörəklərdən və desertdən (çərəz) ibarətdir.

Menyu (fr. *səhər yeməyi, nahar, şam üçün xörəklər*). Menyunun seçilməsi ev sahibəsinin işidir. Menyü məclisin təyin olunduğu gündən, ərzaq məhsullarından, yeməklərin hazırlanmasından asılıdır. Burada qonaqların zövqü də nəzərə alınmalıdır. Məsələn, almanların toy menyusuna aşağıdakılar daxildir: qəlyanaltı ilə şirin çaxır; şorba, balıq ilə ağ çaxır; qovurma ilə qırmızı və ya ağ çaxır, yaxud şampan. Daha sonra toyuq, pendir, şirniyyat, meyvə, nəhayət, türk qəhvəsi və likör təqdim olunur.

İsveçlərin menyusuna isə müxtəlif növ soyuq şorbalar – avakado şorbası, ət suyundan hazırlanmış jele daxildir.

İsti şorbalar: qıtıgotu və xama ilə əzilmiş noxud, pendir şorbası, gicitkan və digər göyərti ilə bişirilmiş xərçəng şorbası.

İsti qəlyanaltılar: içi doldurulmuş pirojki.

Soyuq qəlyanaltılar: bişmiş yumurta ilə hissə verilmiş qızıl balıq, azacıq şor qızıl balıq və alabalıq, xərçəng salata, müxtəlif avakado, ət və ya balıq pirojkisi.

İsti xörəklər və qovurma: hind quşu, qırğovul və kəklik qovurması, mal ətindən hazırlanmış file (can ət), qızardılmış qızıl balıq.

Desertə bir qayda olaraq, pirojna, kompot, dondurma, kremlər və qaymaq təklif oluna bilər.

Məqsəd nümunə götürmək deyil, oxucuları yuxarıda adı çəkilən yeməklərlə tanış etməkdir. Yer kürəsində yaşayan hər bir xalqın, tayfanın özünəməxsus

mətbəxi vardır. Lakin bir çox ölkələrin menyularının ümumi cəhətləri var.

Çörək. Süfrəyə mütləq çörək qoyulur. Çörək də bulka kimi əllə götürülür. Bunun üçün çəngəl lazım deyil. Hər qonağa çörək üçün xüsusi nimçə qoyulur. Nimçəyə bir fal çörək qoyub, sonra tikələyirlər. Çörəyi dişləyib yemək yaxşı deyil.

Yağı çörəyə öz nimçənizdə çəkməlisiniz. Bunun üçün yağ bıçaq ilə götürülür, nimçəyə qoyulur, sonra çörəyi qaldırmadan ona yağ yaxılır. Bu qayda cəmə, marmelada, mürəbbəyə də aiddir.

Əgər kolbasadan buterbrod düzəldirsinizsə, kolbasanı çəngəllə ümumi boşqabdan götürüb, yağ çəkilmiş çörəyin üstünə qoyub doğramaq lazımdır.

Paştet (qiymə) də adətən, çörəyə çəkilir. Paşteti (qiymə) çəngəllə də yemək olar.

Şorba və ət suyu dərin boşqablarda və ya fincanda verilir. Şorba boşqabın haşiyəsinə qədər doldurulur. Əgər şorba qaynardırsa, soyumasını gözləmək lazımdır. Paltara və süfrəyə tökülməsin deyə, onu üfürmək, qarışdırmaq olmaz.

Əlavə şorba yemək istəyirsinizsə, qaşığı boşqabda qalmalıdır.

Qaşığı ağıza uc tərəfindən deyil, paralel yaxınlaşdırılmalıdır.

Şorbadakı ət, kolbasa, makaron, tərəvəz bişirilməmişdən əvvəl elə doğranmalıdır ki, onları xörəyin suyu ilə götürüb, yemək mümkün olsun. Əgər iri tikələrə rast gələrsinizsə, onu qaşıqla bölmək lazımdır.

Boşqabda şorba az qalıbsa, onu özünüzdən əks istiqamətinə əyib, yeməlisiniz. Çünki şorba süfrəyə tökülsə, onu yumaq asan olar. Kostyumunuz batarsa, həm Siz, həm də ev sahibi narahat olar.

Şorba-püre və bulyon (ət suyu) da qaşıqla yeyilir. Bunun üçün sol əldə fincan, sağ əldə isə qaşığı tutulur. Fincanın dibində qalan yeməyi isə qaşığı nimçəyə qo-

yub, fincanı sağ əldə tutub içirlər. Barmağı fincanın qulpuna keçirmək məsləhət görülmür.

Yemək yeyildikdən sonra qaşığı nimçəyə qoyulur.

Ətdən bişirilmiş xörəklər (döyülmüş ətdən başqa) çəngəl və bıçağın köməyi ilə yeyilir. Döyülmüş ətdən bişirilmiş xörəklər isə yalnız çəngəllə yeyilir. Əgər ət xırda tikələrə bölünməyibsə, onun hamısını doğramırlar, lazım olan qədər kəsib yeyirlər.

Sümüklü əti çəngəllə tutur və bıçaqla sümükdən ayıraraq, boşqabın kənarına qoyurlar. Xörəyi çəngəllə yeyirsinizsə, bıçağı süfrəyə və boşqaba qoymayın. Onlardan bir yerdə istifadə edilməlidir.

Əti kəsərkən, bıçağı və çəngəli əldə möhkəm tutmaq lazımdır. Çünki ət sürüşüb, düşə bilər.

Ət yeyərkən, ağzınıza sümük qırıntısı düşmüşsə, onu çəngəllə götürüb, boşqabın kənarına qoymalısınız.

Boşqabdakı əti xırdalayarkən, düz oturmaq lazımdır. Yemək yeyərkən isə başınızı azacıq aşağı əyməlisiniz. Əti kəsərkən, şəhadət barmağınız bıçağın qulpunda olmalıdır.

Qısa fasilə zamanı yeməyi qurtarmadığınızı bildirmək üçün bıçaq və çəngəlin ucu boşqabın kənarına, tutacağı isə süfrəyə qoyulur. Yaxud bıçağın ucu sola, çəngəlin qabarıq hissəsi isə yuxarı çalın-çarpaz şəklində boşqaba qoyulur.

Süfrəyə bir neçə çəngəl və bıçaq düzülərsə, əvvəl kənardakından, başqa xörəklər verildəndə isə yenə kənarda qoyulanlardan istifadə edilir.

Bıçaq qulpundan təqdim edilir.

Çəngəl və bıçağı paralel şəkildə tutacağı sağda boşqaba qoyubsunuzsa, deməli, yeməyi sona çatdırmısınız. Belə halda çəngəlin ucu yuxarı olmalıdır.

Balıq. Əsas isti xörəklərə çox vaxt balıqdan bişirilmiş xörəklər də daxil edilir. Balıq xörəklərini yeyərkən, xüsusi qaydaları gözləmək tələb olunur. Sümüyünə görə balıq çətin yeyilən xörəklər sırasına daxil edilib.

Balıq çəngəl və xüsusi bıçaqla, bəzən isə iki çəngəlin köməyi ilə yeyilir. Bu zaman sağ əldə bıçaq, sol əldə isə çəngəl tutulur. Balıq bıçaqla təmizlənir, çəngəllə yeyilir.

Balıq iki çəngəllə yeyəndə, sağ əldəki çəngəl bıçaq rolunu oynayır.

Balıq adətən, aşağıdakı qaydada yeyilir: əvvəlcə dərisini çıxarır, əti sümükdən ayırır, sonra isə balığı çevirib, o biri tərəfini təmizləyirlər. Ağızdakı sümük çəngəllə boşqabın kənarına qoyulur.

Konservləşdirilmiş balığı dəmir bankadan çıxarır, nimçəyə tökmək lazımdır. Onu süfrəyə dəmir bankada qoymaq yaxşı deyil.

Sosiska yeyərkən, çəngəl və bıçaq tələb olunur. Sosiskanı hətta uşaqlar da əl ilə yeməməlidirlər. Sosiska üçün süfrəyə xardal və duz qoyulur. Onlar üçün xüsusi qaşıqlardan istifadə edilir.

Kartof və tərəvəzdən bişirilmiş xörəkləri çəngəl vasitəsilə xırdalayırlar. Bıçaq isə vasitəçi rolunu oynayır (söhbət bişmiş tərəvəzdən gedir).

Salatlar adətən, isti xörəklərə xuruş (qarnir) və ya əlavə kimi verilir. Siyənək və tərəvəz salata (pomidor, xiyar, kartof və s.) çörəyin üstünə deyil, boşqaba qoyulub, çəngəllə yeyilir. Bıçağa ehtiyac olmadığından, çəngəl sağ əldə tutulur. Sol əldə tutulan çörək yardımçı rolunu oynayır.

Əgər salat ümumi boşqabda və ya buludda verilibsə, onda ümumi qaşıq və çəngəldən istifadə edərək, salata, hər kəs öz boşqabına çəkir.

Souslar (xörək şirəsi) ətlə yeyildiyindən, onu kartof və qarnirə tökmək olmaz. Sous ət yeməyini ətirli etmək üçün işlədilir.

Sousu boşqabda qoymaq yaxşı deyil. Sous olan boşqabı çörəklə sivrilib yemək olmaz.

Salatın suyunu qaşıqla yemək düzgün deyil.

Kolbasa, vetçina (qaxac edilmiş donuz əti) soyulur və fal-fal doğranıb, ümumi boşqabda süfrəyə qoyu-

lur. Buluddan isə hər kəs ümumi çəngəllə, yaxud öz çəngəl-bıçağı ilə götürür.

Əgər ev sahibi kolbasa və vetçinanı soymayıbsa, onda onu hər kəs öz bıçağı ilə soyur. İstiliyini saxlamaq üçün kolbasa fal-fal soyulub, yeyilir.

Qayğanaq tez bişən və geniş yayılmış xörəkdir. Nimru (qayğanaq) qaşıqla yeyilir. Vetçinalı, kolbasalı qayğanaq isə ya çəngəl-bıçaqla, ya da çəngəl və çörəyin köməkliliyi ilə yeyilir.

Yumurta bərk bişirildikdə qabığı əllə soyulur, bıçaqla yarıya bölünür və çəngəllə yeyilir.

İliq bişirilmiş yumurta isə adətən, xüsusi yumurta qədəhində verilir. Bişmiş yumurta çay qaşığı ilə bir tərəfdən sındırılıb təmizlənir, sonra yumurtanın qabığı qədəhin boşqabına qoyulur və qaşıqla yeyilir.

Pendir süfrəyə doğranmış şəkildə verilir. Pendir xüsusi çəngəllə götürülür və boşqaba qoyulur. Pendir tikəsini çörəyin üstünə də qoymaq olar.

Əgər pendir süfrəyə doğranmamış şəkildə qoyulubsa (bu nadir hallarda olur), xüsusi bıçaq vasitəsi ilə lazım olan qədər kəsilib, götürülür. Pendir çəngəl-bıçaqla boşqabda təmizlənir.

Kürü Qırmızı (keta balığı) və qara kürü bütün məclislərdə süfrənin yaraşığıdır. Konservləşdirilmiş balıq, ət, tərəvəz süfrəyə öz qabında qoyulmasa da, kürü öz şüşə qabında, yaxud xüsusi qablarda qoyulur. Kürünü buzla vermək məsləhətdir. Kürü qabdan xüsusi qaşıq, bıçaq və ya çəngəllə götürülür.

Çörəyə əvvəl yağ, sonra isə kürü çəkilir. Kürü daha çox ağ çörəklə yeyilir.

Kürü buterbroduna limon suyu (şirəsi) tökülür. Bundan araq və şampana qəlyanaltı kimi istifadə edilir.

Pelmeni (düşbərəyə oxşar yemək). Bu xörək çəngəllə yeyilir. Düşbərə iri bişirilibsə, o çəngəllə bölünür. Əgər ağıza sığışarsa, çəngəllə ağıza qoyulur.

Düyü sıyığı, eləcə də ət suyunda bişirilmiş düyü qaşıqla, bişmiş düyü isə çəngəllə yeyilir.

Makaronu xırdalanmış şəkildə yemək asan olur. Makaron xırdalanmamışsa, çəngəl vasitəsilə xırdalanır. Bıçaqdan makaronu xırdalamaq üçün yox, çəngələ qoymaq üçün istifadə olunur. Bəzi xalqlar makaronu xırdalanmamış şəkildə bişirirlər. Xırdalanmamış makaron qaşığının köməyi ilə çəngələ dolanıb, yeyilir.

Ənginar (bitki) başqa tərəvəzlərdən fərqli olaraq əllə yeyilir. Uzunsov bükülmüş yarpaqları isti xörək şirəsi, sous və ya bitki yağı ilə birlikdə süfrəyə verilir. Sağ əlin şəhadət və baş barmağı ilə yarpağını ayıraraq, sousa və ya bitki yağına batıraraq, ətli yerini yeyirlər. Yeyilməyən hissəsi boşqabda qalır. Ənginarın özəyini də yemək olar. Ancaq onu əvvəldən çəngəl ilə doğramaq lazımdır. Ənginarı süfrəyə verəndə barmağı yumaq üçün camda su da qoymaq lazımdır.

Xərçəng on beş dəqiqə qaynayandan sonra ümumi qabda isti suda süfrəyə verilir. O ümumi qabdan qaşıq və ya əllə götürülür, boşqaba qoyulur və əllə yeyilir. Bıçaqla qabığını ayıraraq, boğazını və ayaqlarını sorurlar. Yeyilməyən hissələri isə sümük boşqabına qoyulur. Yeyib qurtarıqdan sonra barmaqlar camdakı suda yuyulur.

Əgər xüsusi çəngəl və bıçaq verilibsə, xərçəng onların vasitəsilə kəsilib, yeyilir.

Xərçəng bulyonu ilə birlikdə verilibsə, bulyon ya fincanda içilir, ya da çörək batırılaraq yeyilir.

Xərçəngi kəsəndə paltar və süfrəni ləkələməmək üçün ehtiyatlı olmaq lazımdır.

Meyvə, giləmeyvə süfrəyə verilməmişdən əvvəl yuyulmalıdır. Meyvə ilə bərabər süfrəyə kağız salfetka verilməlidir. Ev sahibinin meyvə üçün xüsusi çəngəl-bıçağı yoxdursa, onda adi çəngəl-bıçaqdan istifadə etmək olar (yaxşı olar bıçaq poladdan olsun ki, tez oksidləşməsin).

Meyvə süfrəyə iri buludda və ya vazada verilir.

Meyvəni əllə götürüb seçmək yaxşı deyil. Xoşunuza gələn boşqabınıza qoya bilərsiniz.

Alma və armudu sol əllə götürüb, qabığını bıçaq-

la boşqabda soyurlar. Sonra isə çəngəl və bıçağın köməyi ilə desert boşqabında səkkiz yerə bölürlər. Dördü birini çəngələ keçirərək, özəyini bıçaqla kəsib, qabıq yığılmış qaba qoyurlar. Alma çəngəl və bıçaqla yeyilir. Armud da alma kimi yeyilir.

Gavalı əllə bölünür, çəyirdəyi çıxarılır və yeyilir.

Üzüm salxımından əllə qoparılib, yeyilir. Çəyirdəyi və qabığı isə görünmədən ağızdan qaşıqla çıxarılır.

Ərik yarıya bölünüb, yeyilir.

Şaftalının çəyirdəyi bıçaqla çıxarılır və iri olduğundan kiçik dilimlərə bölünür. Qabığı bıçaqla soyulur.

Portağal sol əllə tutulur, boşqabda qabığı bıçaqla dilim-dilim kəsilib, təmizlənir və ələ alınıb, yeyilir. Çəyirdəyi bıçaqla çıxarılır.

Naringinin qabığı asan soyulduğu üçün bıçaqdan istifadə edilmir. Naringinin qabığını əllə təmizləyib, dilimlərə ayıraraq, çəyirdəyi isə çay qaşığı ilə ağızdan çıxarılır.

Banan sol əllə saplağından tutulur, sağ əllə yarıya qədər soyulur və boşqabda dilimlərə bölünüb, yeyilir.

Qarpız süfrəyə kəsilib verilir (qabığı ilə birlikdə). Buluddan əllə götürülür. Sonra hərə öz boşqabında çəyirdəyini təmizləyir, çəngəl-bıçaqla kiçik hissələrə bölüb, yeyir.

Yemiş süfrəyə qabıqlı, çəyirdəkdən təmizlənmiş və dilimlənmiş verilir. Buluddan əllə götürülüb, qabıq hissəsi aşağı qoyulur və yumşaq hissəsi bıçaqla bir neçə yerə bölünüb, çəngəllə yeyilir.

Ananas süfrəyə təmizlənmiş və dilimlərə bölünmüş şəkildə verilir. Ananas çəngəl və bıçaqla yeyilir.

Qreyppfrut (subtropik meyvə) bıçaqla eninə kəsilir və yumşaq hissəsi çay qaşığı ilə yeyilir.

Albalı saplağı və yarpağı ilə süfrəyə verilir. Sol əllə tutulur və meyvəsi sağ əllə qoparılır. Çəyirdəklər ağızdan çay qaşığı ilə götürülür və boşqaba qoyulur.

Giləmeyvə (çiyələk, bağ çiyələyi, moruq) süfrəyə nimçələrdə qoyulur. Onları ümumi buluddan da götürmək olar. Şəkər səpilmiş giləmeyvə çay qaşığı ilə yeyilir. Onu qaymaqla da vermək olar.

Belə meyvələri saplağından tutub yemək də olar.

Qoz və fındıq xüsusi maşa ilə sındırılır, sonra qabıqdan çıxarılır. Qozu və fındığı diş ilə sındırmaq ədəbsizlikdir. Bu həm də dişləri korlayır.

Qarğıdalı duzlu suda bişiriləndən sonra isti halda yeyilir. O iki əllə tutulur, qıçası dişlə qoparılır.

Çay üçün qənd xüsusi maşa ilə, çox vaxt isə əllə götürülür. Konfet əllə götürülür və boşqabda kağızından çıxarılır.

Limon dilimlərə bölünür. Xüsusi çəngəllə və ya çay qaşığı ilə stəkana atılır. Şirəsini qaşıqla sıxıb, ya nəlbəkiyə qoyur, ya da stəkanda saxlayırlar.

Peçeniya, vaflı kiçik parçalara bölünüb yeyilir.

Pirojna buludlarda verilir. Boşqablara qənnadı kürəkcik və ya maşa ilə qoyulur. Biskvitli pirojna, kremli tort desert qaşığı ilə, qatqat isə çəngəl-bıçaqla yeyilir. Bərk pirojnanı isə ələ götürüb yeyirlər.

Tort doğranılır və süfrəyə buludlarda verilir. Boşqablara isə qənnadı kürəkcik və ya maşa ilə qoyulur. Tort pirojna yeyilən kimi yeyilir.

Bal və mürəbbələr ümumi qabdan xüsusi qaşıqla mürəbbə nəlbəkisinə qoyulur. Bal və mürəbbəni çörəyə də yaxıb yeyirlər. Onlar stəkana çay qaşığı ilə tökülür.

İÇKİLƏR

Hər bir süfrədə mütləq içki olmalıdır. Şirə, araq, şampan, şərab, qəhvə, çay, kokteyl, punş içki növlərinə aiddir.

Kitabın bu fəsli “yeməklər” fəslinə əlavə kimi verilir. Burada içkilərin süfrəyə hansı ardıcılıqla, hansı hərərdə verilməsi, hansı badələrdə içilməsi və mühafizəsi məsləhət görülür.

Şərabın əsas dəyəri ondan ibarətdir ki, o çox nəcib və dadlı içki növüdür. Şərabın tərkibi insan orqanizminə vacib və xeyirli müxtəlif maddələrlə zəngindir. Bayramlar, toylar, yubileylər, görüş gecələri, vidalaşma mərasimi (bəzi millətlərin adət-ənənələrindən başqa) şərabsız keçmir.

Şərab insan üçün üç yüzə qədər faydalı elementlərdən, o cümlədən təbii mayalardan (fermentlərdən), şəkərdən, vitaminlərdən, turşulardan, azot və maddələr mübadiləsinə kömək edən maddələrdən ibarətdir. Böyük tibb ensiklopediyasında sağlamlığı və qüvvəni bərpa etmək üçün kaqor, maderə, malaqa, tokoy, mər-sala çaxır növləri məsləhət görülür.

Şərab ağ, qırmızı və desert növlərinə ayrılır.

Ağ şərab və desert 10-12 dərəcə hərərdə verilir.

Qırmızı şərab adətən, soyudulmur və otaq hərərtində verilir.

Araq və tünd içkilər isə 8-10 dərəcə soyudulur.

Likörlər 18 dərəcə hərərdə verilir.

Şampan 5-7 dərəcəyə qədər soyudulur və süfrəyə verilir.

Nahar və şam yeməyindən qabaq bir qayda olaraq, aperitiv verilir. Ona nə təklif etmək olar? (bax: əlavələr).

Balıq və krevetlə (xırda dəniz xərçəngi) çox vaxt kəməşirin ağ şərab verilir.

Omarla (onayaqlı iri dəniz xərçəngi) ağ şərab ver-

mək yaxşı olar. Omar sousla verilərsə, onda burqund şərabından istifadə edilir.

İstridyə (yeyilən dəniz ilbizi) turş muskatlar və ya turş şampan daha çox uyğun gəlir.

Hisə verilmiş qızıl balıqla ağ şərab içilir.

Balıq bişmiş halda verilərsə, ona kəmsirin və ya turş ağ şərab məsləhət görülür.

Qəlyanaltı kimi qonaqlara **salatla** birgə ağ şərab verilərsə, yaxşı olar.

Menyuya delikates (məzə, zərif yeməklər), şorbalar daxil edilibsə (şampinyon göbələk və ya gül kələm şorbası), onlarla şərri yaxşı tutar.

Əsas xörəklər

Belə bir qayda var ki, qırmızı şərab ət yeməyinə, ağ şərab isə balığa verilir.

Qızıl, nərə ağ balıqlarına, qızardılmış balığa turş və kəmsirin ağ şərab verilir.

Toyuğa çəhrayı, yüngül İtaliya şərabı verilir. Donuz ətinə qırmızı bordo, yüngül burqund və reyn şərabı verilir.

Qızardılmış qoyun ətinə pemont İtaliya və bordo şərabları verilir.

Pendir və desertlər

Son vaxtlar ət yeməyindən sonra pendir verilməsi dəbdədir. Hətta pendir şamına qonaq çağırmaq da müşahidə olunur.

Bərk pendirlərə "Port-Salyut", "Çedder", "Norsol", "Qorqonsol" aiddir. Bu pendirlərlə fransız və pemont İtaliya şərabları verilir.

Bir qədər yumşaq pendirlər – "yarberqu", "edamaskamu", "qaude və eləcə də yumşaq pendir "bri" qırmızı incə şərabla – məsələn, maqreblə verilir.

Portveyn və mader çox vaxt desertlə verilir.

Adətən, qazlı və köpüklü şərablar meyvələrlə, dondurma və şirniyyatlarla verilir.

Şampan çox universal içkidir. Kəmsirin və şirin şampanı bütün xörəklərlə və qəlyanaltılarla vermək olar.

Araq duzlu (turşu), ədvalı, yağlı xörəklərə uyğun gəlir.

Konyak və likör, qəhvə və çay süfrənin bəzəyidir.

Romu çay və qəhvə ilə içmək olar. Bayram gecələrində və qəbullarda çay və qəhvəni spirtli içkilərsiz də içmək olar.

İxtisaslı ofisiantlar hansı içkinin hansı yeməklərlə verilməsini məsləhət görürlər. Belə məsləhətlərdən birini təqdim edirik:

Yüngül, soyuq qəlyanaltıya yüngül bordo, mozelveyn və yüngül şərablar;

Keta və sıxılmış qara kürüyə araq;

Balıqdan hazırlanmış soyuq qəlyanaltıya konyak;

Kəskin (acı) salatlara, ətli qəlyanaltılara, bişirilmiş dilə, ət assortisinə, vetçinaya qırmızı və ya ağ bermut, təbii şərab;

İstridyə, omara, dəniz xərçənginə turş şampan, qazlı ağ fransız şərabı, vuvre, anju;

Xərçəngə, kraba pivə;

İsti qəlyanaltıya – pəştetə, ilbizə turş, qazlı və ya qırmızı şərab verilir.

Birinci yemək şərabla verilmir. İstisna hallarda ekzotik şorbalər bişirilir və ona xeres, maderə verilir.

Bəzi fransız kulinarları hesab edirlər ki, birinci yeməyə də içki vermək lazımdır. Əgər yemək balıqdan hazırlanıbsa, onda balıqla verilən şərabı bura da vermək olar. Ətdən hazırlanan yeməklərə ətə verilən içkini vermək lazımdır.

Sözsüz ki, bir çox ölkələrdə bu barədə müxtəlif fikirlər var. Bəzi kitablarda bu haqda məlumatlar olduğundan təkrara ehtiyac yoxdur.

Süfrədə badələrə adətən, 3/4 hissəsi qədər içki süzülür. Badə yuxarı qaldırılmamalıdır. İstisna hal şampan təşkil edir.

Badəyə yalnız boş vəziyyətdə əlavə içki süzmək olar.

İçkini süzərkən, butulkanın ağzı badəyə dəyməməlidir.

Butilkanı ehtiyatla əymək lazımdır ki, dibindəki çöküntü qarışmasın.

Adətən, ev sahibi əvvəl öz badəsinə (azacıq), sonra qadınlara, daha sonra isə kişilərə içki süzməlidir. Yalnız bundan sonra əlavə olaraq özü üçün içki süzə bilər.

Yalnız şampan süfrədə açılır. Digər içkilər süfrədə açıq olur, yaxud mətbəxdən açıq şəkildə gətirilir.

Əgər qonağı içməyə məcbur etsəniz və yaxud badədekini axıra qədər içməsinə xahiş etsəniz, onda etiket qaydasını pozmuş olarsınız. Çünki içki qonağın səhhətinə təsir edə bilər.

Qadınlara süfrə ətrafında yanında əyləşən kişi xidmət etməlidir. Qadın heç vaxt özü üçün şərab və digər içki süzməməlidir.

Şərab almağı və onu nə ilə verməyi yadda saxlamaqla bərabər, hansı badələrdə içilməsini də bilməlisiniz.

Bu barədə çoxlu rəvayətlər var. Prinsipcə tələb eynidir. İçki nə qədər tünd olarsa, badə kiçik götürülür və rahatlıq nəzərə alınır. Aşağıda bir variantı təqdim edirik:



1. Su üçün badə və stəkan.
2. Pivə;
3. Şampan;
4. Ağ şərab;
5. Qırmızı şərab;
6. Kokteyl;
7. Araq;

8. Konyak;

9. Likör üçün badələr;

10. Çay və qəhvə üçün fincan.

İçki üçün badə seçildəndən sonra qarşıda onu hansı şəkllə salmaq məsələsi durur.

Qonaqlara estetik təsir göstərmək məqsədi ilə badələrin kənarı qar kimi düzəldilir. Badələrin kənarına limon sürtülür və şəkər tozuna salınır, yaxud limon dilimləri ilə bəzədilir.

Dondurulmuş siroplardan düzəldilmiş müxtəlif rəngli buz kubiklər də çox gözəl görünür.

Kokteyl

Hal-hazırda kokteyl dəbdə olan içki növüdür. Kokteylin hazırlanması bir o qədər də çətin deyil. Bunun üçün şərab və şirə götürmək lazımdır. Kokteyl qonaqlığı evin sahibəsindən çox zəhmət tələb etmir.

Kokteyl hazırlamaq üçün içkidən başqa buz və şampan (küləş) lazımdır. Bunu ev şəraitində hazırlamaq olarmı? Əlbəttə, bu hər bir şəxsin fantaziyasından asılıdır (əlavələr fəslindəki reseptə bax).

Nəhayət, olduqca geniş yayılmış çay və qəhvə haqqında

Adətən, çayın və ya qəhvənin süfrəyə verilməsi ilə nahar, yaxud şam yeməyi başa çatır (çay qonaqlığı deyilsə).

Çayla qənd, limon və süd verilir.

Qəhvə desert süfrəsinin sonunda verilir.

Çaya verilənlər buraya da aiddir. Həmçinin əlavə olaraq, qəhvə süfrəsinə rom, konyak və likör əlavə edilir.

Ev sahibinin qəhvə təklif etməsi, bir növ süfrənin başa çatmasına işarədir (qəhvə qonaqlığı deyilsə).

QONAQLARIN YERLƏŞDİRİLMƏSİ

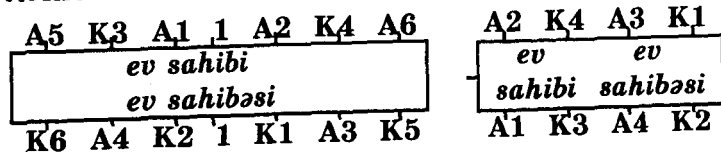
Dəvətnamə göndərilib, cavab alandan sonra, ziyafətdə iştirak edəcək qonaqların sayı məlum olur. İndi qonaqların harada oturacağı haqda fikirləşmək lazımdır. Bu o qədər də kiçik məsələ deyil. Kimsə bunun sadə məsələ olduğunu fikirləşirsə, deməli, səhvə yol verir.

Qonaqların süfrə ətrafında yerləşdirilməsi etikətin ən vacib məsələlərindən biridir.

Ailə şənliyi diplomatik qəbul deyil. Diplomantik qəbullarda həm qonaqların ictimai vəziyyəti, həm də onların təmsil olunduğu dövlət də nəzərə alınır.

Süfrədə hansı yerlərin mötəbər yerlər olduğunu bilməliyik. Ev sahibi ilə ev sahibəsinin sağında kimlər əyləşməlidir?

Aşağıda verilmiş sxemlərdə bu aydın şəkildə göstərilib:



O qədər də rəsmi olmayan məclislərdə ev sahibi ilə ev sahibəsi həmişə süfrənin yuxarı başında əyləşirlər. Mötəbər yerlər 1-ci və 2-ci sxemdə göstərilib.

Böyük və kiçik məsələsinə gəlincə isə ümumi qaydanı gözləmək lazımdır. Məclisdə bir neçə möhtərəm qonaq olarsa, onları digər əyləşənlərin arasında oturtmaq olar. Heç kim buna etiraz etməməlidir.

Rəsmi vəziyyətdən başqa, ailə ənənəsini də yaddan çıxarmaq olmaz. Şəraitdən asılı olaraq, dəyişiklik etmək olar. Burada yaş, qonağın ictimai vəziyyəti və ev sahibi ilə münasibətlər nəzərə alınmalıdır.

Məsələn,

- gənclər hörmət əlaməti olaraq, böyüklüyü yaşlılara verir və bu qayda nadir hallarda pozulur;
- qonaqların rütbəsi nəzərə alınır;

- yerli təcrübə əsas rol oynayır;
- ilk dəfə qonaq gələnlərə və əcnəbilərə xüsusi diqqət yetirilir;
- evdəki ailə üzvləri böyüklüyü qonaqlara verir.

Mötəbər yerlər

Mötəbər yerlərin bölüşdürülməsində diqqətli olmaq lazımdır. Belə yerlərə çoxlarının iddiası olur. Qonaqların yerləşdirilməsinə xüsusi həssaslıqla yanaşılır.

Bayır qapısına baxan yer mötəbər yer hesab olunur. Əgər qapı yan tərəfdədirsə, deməli, küçəyə açılan pəncərəyə tərəf baxan yerdir.

Gündəlik təcrübədə diplomatik etiket qanunlarına riayət etmək mümkün deyil. Ancaq prinsip etibarı ilə süfrə ətrafında əyləşmə qaydaları onların əsasında qurulmuşdur.

Ev sahibəsi deyə bilər: “Kim harada istəyir otursun”. Belə halda qonaqlar rahat olmasalar və darıxsalar, onda ev sahibəsi özündən inciməlidir.

Bütün ölkələrdə möhtərəm kişi qonağının ev sahibəsinin sağ tərəfində oturması qəbul olunub. Möhtərəm qadın qonağı isə ev sahibinin sağ tərəfində əyləşməlidir.

Ər-arvad yanaşı əyləşməməlidirlər. Lakin onlar özləri xahiş etsələr yanaşı otura bilərlər.

Əgər masa II şəklindədirsə, ev sahibi ilə ev sahibəsi masanın orta hissəsində birlikdə əyləşirlər. Möhtərəm qonaqların yerləri isə əvvəlki kimi qalır.

Dəyirmi masada ev sahibi ilə ev sahibəsi qarşı-qarşıya əyləşirlər.

Rahat olmaq üçün ev sahibi masa kartoçkalarından istifadə edə bilər. Qohumluq dərəcəsinə görə ad, soyad, atanın adı, yaxud ad, soyad və ya ad yazıla bilər (əgər bu adda bir nəfər varsa).

Kartoçkalar ağ qalın kağızdan düzəldilir. Kənarları bəzəkli də ola bilər.

Əgər yanaşı əyləşən kişi qadınla tanış deyilsə, ev sahibi kişini qadına təqdim etməlidir.

İmkan olarsa, ev sahibi qonaqların peşələrini də nəzərə almalıdır. İş yoldaşları bir yerdə əyləşmələr daha yaxşı olar. Onsuz da onlar işdə bir kabinetdə əyləşirlər.

Şved masası ev sahiblərini qonaqların yerləşdirilməsindən azad edir. Ancaq süfrənin düzülməsində diqqətli olmalıdırlar.

VİZİT

Vizit

Qısa müddətli görüş. Belə vizitin ziyafətlə müşayiət olunması məcburi deyil. Vizitin məqsədi tanışlarla hörmət və nəzakətlə görüşməkdir. Vizitdə adətən, mübahisələr, münaqişələr aradan götürülür, müəyyən problemləri həll etmək, yaxşı vaxt keçirmək və tanışlıq üçün imkan əldə edilir.

Vizit daha çox alicənab şəxslərə lazımdır.

Vizitin üstün cəhəti ondan ibarətdir ki, insanları bir-birinə yaxınlaşdırır, onlar arasında səmimi münasibətin yaranmasına kömək edir.

Vizit qohumlar və dostlar arasında baş vermiş narazılığı aradan qaldırmağa və barışığa imkan yaradır.

Vizitə bunlar aiddir:

- tanışlıq viziti (əvvəlcədən telefon vasitəsi ilə razılaşmaq məsləhətdir);
- xudahafizləşmə viziti (uzaq bir yerə gedəndə qohum və tanışlarla görüşmə);
- cavab viziti;
- xəstə yoldaşı ziyarət etmək viziti;
- valideynlərə ehtiram viziti;
- başsağlığı viziti;
- gəlinə vizit;
- dostluq viziti;
- qohumlara baş çəkmək viziti;
- tanış və dostları təbrik viziti;
- təşəkkür viziti;
- ziyafət və axşam yeməyindən sonrakı vizit;
- toydan sonrakı vizit;
- mərasim viziti və başqa vacib vizitlər.

Vizit adından göründüyü kimi qısa olduğundan onun məqsədini, vaxtını və şəraitini müəyyən etmək çox vacibdir. Çünki qısa bir müddətdə bu vizitdən insanda müəyyən təsəvvür yaranır. Bu da gələcəkdə yaranacaq münasibətlərə və onun inkişafına təsir göstərir.

Toy vizitinə toydan sonrakı iki həftə ərzində getmək olar. Yeni ailə quranların görüşünə onlar görüşə gələndən sonra gedilir.

Ziyafətdən sonrakı bir və ya iki həftə müddətində 15 gündən gec olmayaraq, vizit edilməlidir.

Nahara və şam yeməyinə dəvət alıbsınızsa, gedib-getməyəcəyinizdən asılı olmayaraq, dəvət edənə vizit etməlisiniz.

Təşrifat viziti 3 və ya 5 gün ərzində edilir. Diqqətli olduğunuzu göstərmək istəyirsinizsə, tez bir zamanda cavab vizitinə getməlisiniz. Viziti uzun müddət cavabsız qoysanız cavab viziti gözləyən özünü təhqir olunmuş hesab edir və tanışlığınıza xələl gətirə bilər.

Şəraitdən asılı olaraq, təşrifat viziti insanın gərgin, narahat və həyəcanlı vaxtına düşə bilər. Əsəblər sakitləşənə qədər belə viziti təxirə salmaq lazımdır. Çünki bəzi adamlar öz hisslərini gizlədə bilmir və bu da özgə evində pis əhval-ruhiyyənin yaranmasına səbəb olur.

Xəstəni ziyarət edərkən, onun bu vizitdən narazı olmayacağını, səhhətinin buna imkan verəcəyini əvvəlcədən düşünmək lazımdır. Belə vizitə adətən, gül və meyvə ilə gedilir.

Xəstələrlə onların səhhəti, müalicəsi haqqında söhbət etmək düzgün deyil. Bu ziyarət xəstəyə olan hörmətdir və ona həkimin yazdığı dərmanlardan da yaxşı təsir göstərir.

Xəstəni söhbətə tutub yormayın. Söhbət zamanı onu diqqətlə dinləyin, ailəsinə kömək lazım olub-olmadığını öyrənin.

Xəstəxanada müalicə olunan dostunuza baş çəkəlməlisinizsə, əvvəlcədən ona nə aparmaq lazım olduğunu öyrənin.

Yadda saxlamaq lazımdır ki, palatada ucadan danışmaq, çarpayıda oturmaq, qanqaraldan söhbətlər etmək və həkimdən xəstənin vəziyyətini öyrənmək yaxşı deyil.

Xəstənin yanında 15 dəqiqədən az olmamalıdır. Çünki xəstə elə başa düşər ki, Siz onun yanına yolüstü və təsadüfən gəlmisiniz. Lakin bu viziti bir saat uzatmaq da olmaz. Vizit həm də yemək vaxtına düşməməlidir. Vizit nahardan axşam saat 20-ə qədər olmalıdır.

Xəstə sağalandan sonra ziyarətinə gələnlərə minnətdarlıq edirsə, deməli, bu onun səviyyəsini göstərir.

Dostluq viziti, eləcə də, qohumlara baş çəkmə sərbəst və etibarlı olmaq deməkdir. Belə vizitlər çox uzun çəkməməlidir. Bunun üçün xüsusi şərait və forma tələb edilmir. Əgər dostunuzu narahat etməyəcəyinizə əminsənizsə, günün istənilən vaxtında ona vizit edə bilərsiniz. Dostluq vizitinə əvvəlcədən hazırlaşmaq lazım deyil.

Dostlarınızı və ya tanışlarınızı bayram münasibəti ilə təbrik etmək üçün onlara vizit etmək olar.

Xəbərdarlıqsız bir şəhərdən digər şəhərə gələn qonaqların görüşü də vizit adlandırılır. Belə vizit ev sahibinin planını poza bilər və xərclərini artırır. Vizitlərə yalnız ciddi səbəb olanda bəraət qazandırmaq mümkündür. Vizit edərkən, bir neçə gün əvvəldən ev sahibinə xəbərdarlıq etməli və razılıq alınmalıdır.

Yeni il bayramını bütün yanvar ayı ərzində təbrik etmək olar. Lakin belə vizit bayram günü daha münasibdir.

Təzə tanışınız vizitlə ilk dəfə gəlibsə, mütləq bir həftədən gec olmayaraq, cavab vizitinə getməlisiniz. Vizitin vaxtı heç bir səbəb olmadan uzadılsa, bu o deməkdir ki, tanışınızı görmək istəmirsiniz. Əgər ciddi səbəb olarsa, ona zəng çalıb xəbər verməli və üzr istəməlisiniz. Heç bir səbəb olmadan gec gəlmişsinizsə, onda üzr istəməməlisiniz. Çünki bu çox yersiz çıxar.

Ümumiyyətlə, qadın kişi yanına vizitlə getməməlidir. Əgər qadınla kişi arasında uzun müddət

dostluq olarsa və ya qadın ona öz təşəkkürünü bildirmək istəyərsə, vizit edə bilər.

Sənə vizit verilməyibsə, viziti dayandırmalısan. Çünki elə başa düşülər ki, sırtıqlıq edirsən.

Səhər viziti saat 15-17 arası təyin edilməlidir. Səhər vizitlə gedərkən, görüşəcəyiniz adamın həyat tərzinə uyğunlaşmalısınız.

Səhər yeməyi zamanı vizit etmək nəzakətsizlikdir.

Yaxın qohumlarla və dostlarla görüşmək vizit sayılmır. Belə vizitə kimin vaxtı olarsa, o da getməlidir. Ancaq bu uzun çəkməməlidir.

Vizit dostluq məqsədi daşımazsa, bundan çəkinin. Əgər özünü narahat hiss edirsinizsə, xarici görünüşünüzdə xəstəliyin əlamətləri hiss olunursa və danışığınıza nəzarət edə bilmirsinizsə, viziti dayandırın.

Söhbətiniz maraqlı deyilsə və onda heç bir məntiq yoxdursa, başqasının vaxtını almayın.

Dostunuz əziz adamını itiribse və ya tanışınızın ailəsinə bədbəxtlik üz veribse, ona başsağlığı verib, kədərinə şərik olmalısınız. Çünki o bundan bir qədər sakitləşə bilər. Belə vizitə qara paltarda getməlisiniz.

Başağılığına gedərkən, özünüzlə uşaq götürməyin. Ev sahiblərini mənzillərində tapmasanız özünüzün qara zolaqlı vizit vərəqənizi qoymalısınız.

Yola çıxıbsınızsa və ya xəstəsinizsə, viziti məktubla əvəz edə bilərsiniz. Məktubun məzmunu faciə baş verən ailəyə münasibətinizdən asılı olaraq kədərli olmalıdır.

Başağılığı viziti 15 dəqiqədən artıq çəkməməlidir. Vizit zamanı rəhmətə gedən barədə ev sahibləri söz salmasalar, o haqda danışmaq yaxşı deyil. Belə vizit adətən, dəfn mərasimindən sonrakı iki həftə ərzində olur.

Vizitin müddəti onun sərfəli olması ilə ölçülməlidir. Mərasim viziti yarım saatdan çox çəkməməlidir. Əgər hiss etsəniz ki, vizitiniz ev sahibləri üçün vədəsizdir, dərhal xudahafizləşib, geri qayıtmalısınız.

VİZİTİN QƏBULU

Vizit ədəbli, nəzakətli və səmimi olmalıdır. Bu əsasən ev sahiblərinin üzərinə düşür. Ev sahiblərinin bütün hərəkətlərindən qonaqlar razı qalmalı, onlarda xoş təəssürat yaranmalıdır ki, bir daha vizitə gəlmək arzusunda olsunlar.

Təmtəraqlıq evin təmiz, səliqəli olması deməkdir.

Vizitə gələn gəncdirsə, ona kreslo və ya stul təklif etməlisiniz. Yox, əgər qonağınız yaşlıdırsa, ona kresloda yer göstərməlisiniz.

Qonaq qadındırsa, ona divanda oturmaq təklif olunmalıdır.

Qonağı ev sahibi qəbul edərsə, stul götürüb, onunla üzbəüz əyləşməlidir.

Qəbulu ev sahibəsi öz üzərinə götürübsə və gələn tanış qadındırsa, bu halda ona öz yanında yer verməlidir.

Vizitə bir neçə qadın gəlibse, əvvəl yaşlı qadına yer təklif edilməli, sonra isə başqalarına yer göstərməlidir.

Otaqda kamin varsa, yan yerlər hörmətli, ortadakı alovun qarşısındakı yerlər isə aşağı yerlər hesab olunur.

Ərli qadına hörmət əlaməti olaraq, evin sahibəsi onu münasib yerdə əyləşdirməlidir. Həmin yer gənc qadın tərəfindən tutulubsa, bu halda qadın yerini yaşlı qadına təklif etməlidir. Özü isə stul götürüb, başqa yerdə əyləşməlidir.

Ev şəraitində keçən vizitlərdə qadın heç vaxt iş barədə söhbət açmamalı, iş mövzusu unudulmalıdır.

Qonaq getdiyiniz evin gəncləri valideynlərinin qonaqlarına qarşı diqqətli olmalıdırlar.

Valideynlər qonaqlarla əyləşəndə gənclər kitab oxumamalı və başqa işlə məşğul olmamalıdırlar. Qonaqlarla valideynlərin söhbəti gəncləri maraqlandırmasa da, onlar bunu üzə vurmamalı və hiss etdirməməlidirlər.

Yanımıza gələnlərlə həmişə nəzakətli, ədəbli və mehriban olmalıyıq.

Ev sahibləri vizitə gələnləri bayır qapısına qədər ötürməlidirlər.

Vizitə getdiyiniz şəxsin mənzilinə yaxınlaşanda paltarınızı səliqəyə salmalı, ayaqqabınızı döşəmədəki əskiyyə silməli, qapının zəngini basmalı və ya qapını döyməlisiniz. Qapını iki-üç dəfə döyəndən sonra cavab verən olmazsa, geri qayıtmaq lazımdır. Evdən uzaqlaşmamış vizit vərəqənin sol küncünü qatlayıb, qapıda qoymalısınız. Bu Sizin gəldiyinizə işarədir.

Ev sahibəsi təkid edəndən sonra qonaq gəlmiş qadın şlyapasını çıxarmalıdır.

Evə yeni qonaq gəlibsə, yaxud gedirsə, ayağa qalxmalı, ev sahibəsi oturmayınca digərləri də əyləşməməlidirlər.

Qonaq otağına daxil olarkən, otaqda qadınlar varsa, əvvəlcə ev sahibəsi ilə, sonra isə digərlərinə baş əyib, görüşməlisiniz.

Vizit zamanı ev sahibinin cibindən kağız çıxardığını, yazı masasının siyirməsindən nə isə axtardığını, narahat olduğunu və tez-tez saata baxdığını hiss edərsinizsə, gəlişinizdən 5 dəqiqə ötsə belə, xudahafizləşib, getməlisiniz.

Evə daxil olarkən, vizitinizin məqsədini ev sahibinə bildirin və onun göstərdiyi yerdə əyləşin.

Özünü sərbəst aparmaq o demək deyil ki, stulda oturarkən, ayaqlarını uzadasan, gələn olanda isə çəkəsən və stulun kənarında əyləşib, özünü şax saxlayasan. Bunlar ədəbsizlik hesab olunur. Bu hərəkət insanı gülünc vəziyyətə salır.

Şəxsiyyətli, hörmətli adamlara vizit edəndə əvvəlcədən nədən və necə danışacağını planlaşdırmalı və özünü necə aparacağını düşünməlisən.

Vizitin mənalı keçməsi və xoşagəlimli olması üçün görüşdüyün şəxsə elə təsir etməlisən ki, səninlə keçirdiyi vaxt üçün heyflənməsin. Belə vizitdə uzun-

uzadı danışmaq yersizdir. Danışdığınız hər hansı hadisə və ya lətifənin qısa və xoşagələn olmasına çalışın.

Vizitdə ailə üzvləri iştirak edərsə, onlara bir neçə xoş söz deyib, ovqatlarını qaldırmalısınız.

Vizit zamanı evə kənar şəxs gələrsə, ev sahibi ilə xudahafizləşib, təcili getmək lazımdır. Yalnız ev sahibinin təkidindən sonra yeni gələn qonaqla salamlayıb, onlarla qala bilərsiniz. Əvvəl harada oturmuşsunuzsa, elə orada da əyləşib, ümumi söhbətdə iştirak etməlisiniz. Ev sahibini pis vəziyyətdə qoymamaq üçün keçmiş söhbətləri davam etdirməməlisiniz. Ev sahibi söhbəti özü davam etdirmək istəsə, onda aranızdakı söhbətin qısa məzmunu haqqında qonağa məlumat verməlisiniz.

Uzun çəkən vizitdə ev sahibləri Sizə hörmət və ehtiramla yanaşırlarsa, ayrılarkən onlara təşəkkür etməli və bir neçə kəlmə xoş söz işlətməlisiniz.

Evinizdə it saxlayırsınızsa, onu vizitə götürməyin. Hətta yaxşı münasibətdə olduğunuz tanışın da evinə itlə getmək olmaz. Çoxlarının belə şeylərdən xoşu gəlmir. Çünki evdəkilər bundan narahat olar, uşaqlar isə qorxa bilərlər.

Ev sahibəsi qadın qonağı yola salarkən, Sizin onun arxasınca çıxmağınız yaxşı deyil. Qonağın gedişindən bir neçə dəqiqə sonra Siz evdən çıxı bilərsiniz. Əgər qonaq gəlmiş qadın onu ötürməyi özü xahiş etsə, bu halda ev sahibləri ilə xudahafizləşib, onun arxasınca çıxmaq olar.

Çubuq və çətilrlə qonaq otağına daxil olmaq yaramaz. Onları dəhlizdə qoyub, evə keçmək lazımdır.

Qohumlara və yaxın dostlara vizit edəndə qanun-qaydalara o qədər də ciddi əməl edilmir.

Ev sahibəsi subay, yaxud gənccirsə, qonaqların sərbəst danışığı və hərəkətləri etibarı itirə bilər.

Ev sahiblərinin nədən narahat olduqlarını öyrəne bilsəniz, köməyinizi təklif edin. Kömək edə bilməyəcəyiniz məqamda təəssüflənmək olar.

Sizdən şəxsi işləriniz barədə soruşulmazsa, danışmağa ehtiyac yoxdur. Yalnız ev sahiblərini maraqlandıran mövzular barədə söhbət açsanız yaxşı olar.

Vizit, xüsusilə də, rəsmi vizit başlananda və sona çatanda köhnəlmiş sözlərdən; çox işlənən ifadələrdən ehtiyatla istifadə edin. Belə sözlərdən istifadə səviyyəsinizliyinizi sübut edər.

Getməyə hazırlaşanda əyləşdiyiniz kreslonu və ya stulu götürdüyünüz yerə qoyun.

Vizit sona çatanda bir neçə kəlmə ilə getmək istədiyinizi bildirin və ayağa qalxın. Gəldiyiniz kimi də, xudahafizləşib, otağı tərk edin.

Tədbirdən yarımçıq çıxmaq istəyirsinizsə, heç kimə hiss etdirmədən və mane olmadan qalxıb getməlisiniz.

Ev sahibləri Sizi yola salarkən, onları qonaq otağından çıxmağa qoymayın.

Viziti qəbul edənlərin stuldan durmaları vizitin sona çatmasına işarədir.

Qohum-qardaşa və çox yaxın dostlara vizit edərkən, uzun ətkli qara kişi pencyi, rəsmi görüşlərə isə kostyum geymək yaxşıdır.

Qadınlar səhər vizitinə sadə, axşam vizitinə isə yaraşlıq kostyumda getməlidirlər. Əgər evdə qəbul təşkil edilərsə, daha yaxşı geyinməlisiniz.

Vizitlə getdiyiniz şəxs harasa getməyə hazırlaşırsa, onu yolundan saxlamamalısınız.

Dostluq vizitinə çox da təmtəraqlı geyinmək lazım deyil. Buradan çıxıb başqa yerə qonaq gədcəksinizsə, onda daha yaxşı paltar geyinməli və bunun səbəbini dostunuza izah etməlisiniz.

VİZİT KARTOÇKASI

Vizit kartoçkası əvvəllər yalnız müəyyən dairələrdə işlədilir. Vizit kartoçkasının üzərində məlumatları olan alimlər, ədəbiyyatçılar, diplomatlar, jurnalistlər bir-biri ilə mübadilə edirdilər. İndi vizit kartoçkası "qonaq kartoçkası" hesab olunmur (o vaxt mehriban münasibətlərə, dövlətlərə, hədiyyələrə cavab olaraq göndərilirdi).

Praktiki işgüzarlığına görə vizit kartoçkası əvəz edilməzdir. Bunun mənası ondadır ki, vizit kartoçkasını göndərən şəxs haqqında müxtəlif məlumatlar – ad, atanın adı, soyad, vəzifə, rütbə, iş yeri və telefon nömrəsi göstərilir. Bu isə düzgün informasiya almağa kömək edir və bizi yaddaş gərginliyindən qurtarır.

Tanışlıq məqamında və təqdim olunma zamanı gələcəkdə əlaqə saxlamağı və mübadilə aparmağı lazım bilərsə, bir-birimizə vizit kartoçkası veririk.

İşgüzar adamlarla görüşə gedəndə vizit kartoçkası vacibdir. Lakin vizit kartoçkası təkcə işgüzar görüşlərdə istifadə olunmur.

Gülün və hədiyyənin kim tərəfindən verildiyini bildirmək üçün vizit kartoçkasını gül dəstəsinə qoyurlar. Arxasında isə bir qayda olaraq, arzular və təşəkkür bildirilməlidir. Əksər ölkələrdə vizit kartoçkasının aşağı sol küncündə qısaldılmış qeydlər edilir. Belə kartoçkanı alanda hansı hadisəylə bağlı göndərildiyini dərhal başa düşmək mümkündür.

Aşağıda fransız dilində verilmiş ixtisarlar:

p.f. -	pour felicite-	təbrik, xoşbəxtlik;
P.c. -	pour condoleance-	başsağlığı;
p.r. -	pour remencier -	təşəkkür;
P.p. -	pour presenter -	icazə verin,
		təqdim olunum.

P.f.c. - pour feire connaissance - gözəl tanışlıq şərefi;

P.P.C. - pour prendre conge - xudahafizləşmək;

P.f.N.A. - pour felicite Nouvel An - yeni ilin xoş arzuları;

P.f.v. - pour fair visite - vizit arzusu.

Sizə lazım olan şəxs evdə olmasa, vizit kartočkasını qoymaq çox əlverişlidir. Bunun üçün vizit kartočkasının sol küncünü qatlayıb, qoymalısınız. Bu onu göstərir ki, “mən şəxsən gəlmişəm, ancaq Siz evdə olmamısınız”. Belə vizit kartočkası Sizin səviyyənizi göstərir. O həm ləyaqətin tələbini yerinə yetirir, həm də vaxtı qoruyur.

Bir çox halda xüsusilə, böyük şəhərlərdə belə vizit kartoçkaları Sizi şəxsi vizitdən azad edir, hətta onu bütövlükdə əvəzləyir.

Yaxınlarınızın ailəsində ad günü və toy şənliyi keçiriləcəksə, hər dəfə vizit kartočkasını göndərməlisiniz. Həmçinin, nahara, bala dəvət alıbsınızsa, hər hansı axşam ziyafətində Sizinlə görüşmək arzusunda olan varsa, o şəxsə vizit kartočkasını göndərməlisiniz.

Küncü qatlanmış vizit kartočkası heç vaxt zərfe qoyulmur.

Kişinin vizit kartočkası qadıninkına nisbətən bir qədər böyük və enli olur.

Qara haşiyəli vizit kartočkasından matəm mərasimlərində istifadə edilir.

Vizit kartočkası açıq zərfdə poçtla göndərilir.

Bayramlarda vizit kartoçkaları küncü qatlanmış şəkildə poçt vasitəsilə göndərilir.

Belə vizit kartoçkalarının arxasında qohumlara və tanışlara təbriklər və müxtəlif arzular bildirilir.

Müasir vizit kartočkası təxminən 5x9 sm-lik ölçüdə olur. O ağ və ya ton verilmiş qalın kağızdan düzəldilir. Kartočkada ad, soyad və atanın adı çap olunmalıdır. Xidməti vizit kartočkasında vəzifə, telefon nömrəsi, firmanın ünvanı göstərilir. Bunlar qara hərflərlə yazılmalıdır.

Vizit kartočkası müxtəlif şriftlərlə və parlaq qızıl rəngdə yazılmamalıdır.

Hazırda iki tərəfli və iki dildə yazılmış vizit kartočkası yayılmışdır. Bu düzgün deyil. Çünki vizit kartočkasının arxası yazı və qeydlər üçün nəzərdə tutu-

lub. Ona görə də ağ (təmiz) qalmalıdır. Odur ki, müxtəlif dildə yazılmış vizit kartočkası məsləhət görülür.

Xarici dillərdə yazılan vizit kartočkasında atanın adı yazılmaz. Çünki xarici ölkələrdə atanın adı anlayışı yoxdur.

Vizit kartočkasının nə vaxt və harada yaranması haqqında dəqiq məlumat vermək mümkün deyil. Çinlilər belə hesab edirlər ki, bu ilk dəfə onlarda yaranıb. Fransızlar isə bunun ilk dəfə onlarda yarandığını deyirlər (XVII əsrdə vizit kartočkası artıq Fransada mövcud idi). Müəyyən edilmişdir ki, vizit kartočkası 1786-cı ildə Leypsiqdə kağız fabrikində istehsal olunmuş və indiki vizit kartočkasından az fərqlənmişdir.

Quliyev
Sabir Məhərrəm oğlu
tel.: 50-35-52

Məmmədov
İman İdris oğlu
M.Nağıyev adına xəstəxananın
həkimisi (cərrah)
tel.: 41-48-64

MÜRACİƏT FORMALARI

“Siz” və “Sən”

Qarşılıqlı münasibətdə “Siz”dən “Sən”ə keçmək üçün insanlar arasında müəyyən vaxt tələb olunur.

“Siz” müraciət formasının əhatə dairəsi çox genişdir. Bu müraciət forması tanış olmadığın, az tanış olduğun insanlara, yaşca böyüklərə, sosial-hüquqi baxımdan yüksək olanlara, həmkarlarınıza, bir yerdə xidmət etdiyiniz şəxslərə, diplomatlara özünü mədəni və nəzakətli göstərmək üçün istifadə edilir.

Böyüklərin kiçiklərə “Siz”lə müraciət etməsi çox vacibdir. 18 yaşına çatmış gənclərə “Siz”, – deyərək müraciət edilməlidir.

“Sən” müraciət forması yaxın dostluq əlaqəsini göstərir. “Sən”lə yaxınlarınıza, tanışlarınıza, dostlarınıza, sosial-hüquqi baxımdan bərabər olanlara, həmyaşdqlarınıza müraciət edə bilərsiniz.

Kişi və qadın arasında “Siz”dən “Sən”ə keçməyi qadın müəyyənləşdirməlidir. Belə müraciət formalarının kimə, harada və nə vaxt deyilməsinin böyük mənası var.

Bəzi ölkələrdə “Sən” müraciət formasına çox üstünlük verilir.

Fransa inqilabı “Siz” sözünün qismən ləğv olunmasına təsir edib. Məhz inqilabdan sonra “Sən” müraciət formasına keçmək qərara alınıb. Ancaq hələ də “Siz” müraciət forması tamamilə ləğv olunmayıb.

Bəzi dövlətlər isə optimal variant kimi üçüncü şəxsin təkindən istifadə edirlər.

Münasibətdən asılı olaraq, tanıdığın və tanımadığın şəxslərə “Siz”, – deyərək müraciət edə bilərsiniz.

Tanış olmadığınız şəxslərə “ay qız”, “cənab”, “xanım”, “cavan oğlan” və s. ümumiləşdirilmiş sözlərlə müraciət edilir.

Hətta tanış olmayan cavanlara (uşaqlardan başqa) “Siz”lə müraciət edilməlidir. Əgər kiminsə “Sən”lə

danışığ formasına çoxdan keçmişsinizsə, onunla rəsmi şəraitdə və söhbət etdiyiniz şəxs digər üçüncü şəxsin rəisidirsə, ona “Siz”lə müraciət etsəniz yaxşı olar.

“Sən” müraciət formasına keçmək üçün təkbəşinə qərar qəbul edilməsi düzgün deyil. Əgər həmin şəxs tabeçiliyinizdədirsə, bu daha pisdır. Rəis “Sən”, – deyərək müraciət etməklə özünü hörmətdən salar.

Həkim xəstəyə “Sən”, – deyərək müraciət etməməlidir.

Rəsmi şəkildə kiməsə “Siz”lə müraciət edirsinizsə, bu vaxt həmin şəxs belə çağrılmalıdır: “Məmməd müəllim, Sizi telefona çağırırlar”, “Şövkət xanım, Sizin qəbulunuza gələn var”, “Kazım bəy, Sizi gözləyirlər” və s.

“O”, – deyərək müraciət etmək ədəbsizlikdir: “O yoxdur”, “O mənə dedi”. “Yoldaş”, “Cənab”, “Xanım” və s. sözlər şəxsin adı ilə birlikdə işlədilməlidir.

Gənclər bir-birilə danışarkən, “Siz” sözünü çox nadir hallarda işlədirlər.

“O” sözündən adi hallarda istifadə edilir. Bu ailədəki tərbiyədən asılıdır. Uşaq əvvəldən necə öyrənersə, böyüyəndə də elə danışar. Odur ki, valideynlər övladlarının danışığına uşaqlıqdan fikir verməlidirlər. Hətta telefonla danışarkən, onların səhvlərini düzəltməlidirlər: “O evdə yoxdur”, “O axşam gələcək” cümlələri “Bacım evdə yoxdur”, “Atam axşam gələcək”lə əvəz olunmalıdır.

İş yerində bir-birinə necə müraciət etməlisiniz?

Çox vaxt bunları işçilərin özləri müəyyənləşdirirlər. Burada dəqiq rəqlament yoxdur.

Rəis tabeçiliyində olanları adları ilə çağırırsa da, ona “Sən”lə müraciət etməməlisiniz. Hətta rəisin razılığı olsa belə, ona “Sən”, – deyərək müraciət edilməməlidir.

Uzun müddət bir yerdə əməkdaşlıq edənlər və həmyaşıdlar özləri də hiss etmədən bir-birinə “Sən”lə müraciət edirlər.

Böyüklər özləri gənclərə “Siz”dən “Sən”ə keçməyi təklif edə bilirlər. Gənclər böyüklərə onlara “Sən”lə müraciət etmələrini deyə bilirlər. Bu vaxt son qərarı yaşca böyüklər verirlər.

Ailələrdə bir qayda olaraq, “Sən” müraciət formasından çox istifadə olunur. Bu da ailə üzvlərinin (uşaqların valideynlərə, nəvələrin nənə və babalara) yaxın və yaxşı münasibətindən irəli gəlir.

Uşaqlar arasında “Sən” müraciət forması çox geniş yayılıb. Lakin böyüklər (ailə üzvlərindən başqa) onları həmişə “Sən”, – deyə çağırmmamalıdırlar.

Əgər həyat yoldaşınıza hörmətiniz varsa və o Sizin iştirak etdiyiniz yığıncaqda deyilsə, “mənim arvadım” sözündən istifadə etməyin. Belə yerdə “mənim gözəlim” sözləri də çox bayağı səslənər.

Ailədəki yaşlıları “qoca”, – deyə çağırmayın. Xüsusilə, cavanlara qoca, qocalara isə cavan kimi müraciət etməyin. Bəzən belə müraciət forması təhqir hesab edilir.

“Hə” və “Yox” sözlərinin yerinə “Xeyr, dayı”, “Xeyr, baba” və s. işlədin.

Valideynlər uşaqları erkən yaşından nəzakətli, ədəbli olmağa öyrətməlidirlər ki, gələcəkdə başa düşmədikləri suallara sualla “nə üçün?”, “nə dedin?”, “necə?”, “nə?”, – deyə cavab verməsinlər. Çalışmaq lazımdır ki, onlar “bağışlayın, mən Sizin tapşırığınızı yerinə yetirə bilməyəcəyəm”, “təşəkkür edirəm” və s. formalardan istifadə etsinlər.

Mədəni cəmiyyətdə gənc qızlar uşaqkən işlətdikləri sözlərdən istifadə etməməlidirlər.

TANIŞOLMA, TƏQDİMETMƏ

İnsanlar arasında öz yerini tapa bilən şəxs mədəni hesab edilir.

Cəmiyyətdə yaşayan hər bir şəxs bir-biri ilə sosial, mədəni, iqtisadi və digər münasibətlərdə olur.

Hər bir şəxsin dairəsi olduqca geniş və əhatəlidir. Münasibətlər tanışlıqdan başlayır. Hər bir şəxsin öz tənəsi, dostu və yoldaşı olur.

Tanışolma və təqdimetmə məqamında ədəb qaydalarına əməl edirikmi?

Qarşınızdakı şəxsin adını bilmirsinizsə və onunla tanış deyilsinizsə, onda münasibət yaratmaq mümkün olmayacaq və belə tanışlıq uzun müddət davam etməyəcək.

İstənilən anda təqdim olunmaq və təqdim etmək mümkün olmur. Yalnız münasib vaxtlarda, yəni zərurət yarananda tanışlıq alınır.

Yol gedərkən, kimdənsə ünvan soruşubsunuzsa, papiros yandırmaq üçün kibrit istəyibsinizsə, kimsə Sizə restoranda xidmət edibsə, avtobusdan düşən və yolu keçən qadına kömək edibsinizsə və s. tanışlıq üçün səbəb ola bilməz.

Küçədə dostunuzla gedərkən, tanışınızla rastlaşarsınızsa və onunla qısaca söhbət edərsinizsə, tanışınızı dostunuza təqdim etməyə ehtiyac yoxdur. Əgər yanınızda gedən şəxs söhbətinizin uzanmasından narazıdırsa, onda söhbəti ya tez qurtarmalısınız, ya da dostunuzu onunla tanış edib, söhbəti üçlükdə davam etdirməlisiniz.

Tanışolma və təqdimetmənin qaydaları çoxdur. Ancaq onun qəbul olunmuş ümumi bir qaydası var və bu hamı üçün vacibdir.

Əgər bir şəxsi təqdim edirsinizsə, mütləq diqqətli və ehtiyatlı olmağınız vacibdir. Bu məsuliyyətli işdir. Təqdim edən təqdim etdiyi şəxsin hərəkətlərinə cavabdeh olduğuna görə, yalnız yaxşı tanıdığı şəxsə belə xidmət edə bilər.

Kişini və ya qadını digər qadına təqdim edərkən, daha ehtiyatlı və diqqətli olmaq lazımdır, nəinki kişiləri bir-birinə təqdim edərkən. Çünki kişi və ya qadın qadına təqdim edilərkən, qadın ədəbsiz şəxsin tanışlığından çətin qurtarar, bundan başqa etibarını itirər, belə bir adamla tanış olduğu üçün adına ləkə gətirər. Odur ki, qadınlara təqdim olunan şəxs yaxın və qohum deyilsə, tanışlıqdan imtina edilməlidir. Ümumiyyətlə, kimliyindən asılı olmayaraq, qadınlar təqdim olunan şəxsi çox ehtiyatla qəbul etməlidirlər.

Yad adam heç vaxt qadına təqdim edilməməlidir. Təqdim edilməmişdən əvvəl qadının buna razı olub-olmamasını bilməlisiniz.

Kimə Sizə səyahət zamanı təqdim edilərsə, onu qəbul etmək lazımdır. Belə tanışlıq elə oradaca qurtarmalıdır. Çünki gəmidə, qatarda tanış olduğunuz şəxslərlə aranızda olan söhbətlər gələcəkdə hər iki tərəfə möhkəm tanışlıq üçün heç bir zəmin yarada bilməz.

Qonağınız varsa və bu vaxt digər qonaqlarınız gələrsə, onları tez tanış etmək lazımdır. Çünki yeni gələn qonaq səmimi söhbətinizə mane olduğunu hiss edər və getmək məcburiyyətində qalar.

Əvvəl yaşca kiçiklər böyüklərə təqdim olunmalıdır. Bundan sonra kiçiklərə müraciət edərək, böyüyün adı deyilməlidir. Bu zaman onların bir-birinə münasibəti müəyyənləşər və söhbət öz axarı ilə davam edər.

Tanışlığın hər iki tərəf üçün xoş olacağına əmin deyilsinizsə, onda heç kim bir-birinə təqdim edilməməlidir. Kişinin ictimai vəziyyəti nə qədər yüksək olsa belə, o qadına təqdim edilməlidir.

Gəzintiye qadınla çıxıbsınızsa və başqa tanış qadınla rastlaşarsınızsa, onların bir-biri ilə tanış olmaq istədiklərini bilməmiş bu addımı atmayın.

Evin sahibəsi qadın qonağın rəqs etməsinə şərait yaratmaq məqsədi ilə kişini təqdim edə bilər. Qadını rəqsə dəvət edən kişi qadının xoşuna gəlməzsə, o, tanış olmaya bilər.

Axşam şənliklərində qonaqları bir-birinə təqdim etməyə ehtiyac yoxdur. Heç nədən çəkinmədən, utanmadan, təqdim edilmədən yanınızda əyləşənlərlə söhbət edə bilərsiniz. Dostunuzun evinə dəvət edilən qadın və ya kişiye dostunuz zamindir.

Adamları bir-birinə təqdim edəndən sonra təqdim olunanın və təqdim etdiyimiz şəxslərin adlarını deyirik. Bəzən isə “icazə verin, təqdim edirəm”, – deyəndən sonra həmin şəxslər özləri adlarını və soyadlarını deyər bilərlər.

Deyilən adı yaxşı eşitməyən bəzən təkrar soruşmağa utanır. Burada utanmalı elə bir şey yoxdur. O zaman çəkinmək olar ki, yeni tanış olduğunuz şəxsin adını səhv salasınız. Əgər utanırsınızsa, həmin şəxsin adını bir qədər keçəndən sonra Sizi tanış edəndən soruşa bilərsiniz. Sizə kimi isə təqdim edirlərsə, zəhmət çəkib ayağa qalxməlisiniz. Yalnız qadınlar və xəstə şəxslər bundan azaddırlar.

Çox vaxt tanışlıq zamanı hər iki tərəf “tanış olmağıma çox şadam”,- deyir. Belə ifadələrdən yalnız təqdim etdiyimiz şəxs istifadə edə bilər. Əgər qadın kişiye təqdim olunursa, dərindən fikirləşəndə bu sözləri qadına demək olmaz.

Nə vaxtsa, bir-birinizlə tanış olubsunuz və aradan xeyli vaxt keçib. Sonralar bir-birinizi görəndə mütləq salamlaşmalısınız.

Evdə keçirilən şənliyə dəvət olunan yeni qonağı başqaları ilə tanış etmək birbaşa ev sahibinin vəzifəsidir. Bəzən isə ümumilikdə təqdim etməklə kifayətlənmək olar. Sonra kimin kiminlə daha yaxından tanış olması öz işləridir. Burada istisna hal mövcuddur. Etikete görə qadın özünü kişiye vasitəçisiz təqdim etməməlidir.

Tanış olmaq üçün nə etməlisiniz? Belədə ya ev sahibinə, ya da Sizi tanış edə bilən ümumi tanışa müraciət edilməlidir.

Özünü Sizə təqdim edəne Siz də təqdim olunmalısınız.

Küçədə gedə-gedə, kimisə təqdim etmək olmaz. Tanış olarkən, dayanmalı, təqdim olunandan sonra isə yolunuza davam etməlisiniz.

Kollektiv bir yerə yığılıbsa, heç kim təqdim olunmur. Çünki kollektiv bir-birini yaxşı tanıyır.

İclasə yeni gələn olarsa, sədr onu təqdim edib, salamlayır və adını elan edir. Təqdim olunan isə ayağa qalxır və azacıq baş əyərək, hamını salamlayır. İclasə müxtəlif kollektivlərdən nümayəndələr gəlibsə, çıxış edən özünü təqdim etməli və təmsilçisi olduğu təşkilatın adını bildirməlidir. Yığıncaqda yuxarı təşkilatın nümayəndəsi iştirak edirsə, sədr onu salamlayıb, iclasda iştirak edənlərə təqdim etməlidir.

Qohumlarınızı, yaxın dostunuzu və iş yoldaşınızı yaxşı tanıyırsınızsa, onları tanışınıza məktub vasitəsi ilə təqdim edə bilərsiniz.

Məktub qısa və aydın yazılmalı, orada təqdim olunan haqqında hərtərəfli məlumat verilməməlidir. Məktub poçtla və ya təqdim edilən şəxsin özü ilə göndərməlidir. Bu vaxt zərf açıq olmalıdır. Məktubu vizit kartoçkası da əvəz edə bilər. Vizit kartoçkasında adınızın yuxarısında təqdim etdiyiniz şəxsin adı, soyadı yazılmalıdır: "Məlik Ağayev təqdim edirəm". Vizit kartoçkası açıq zərfdə göndərməlidir.

Təqdim edərkən, yerli adət-ənənələr nəzərə alınmalıdır. Tanışlıq səmimi və dostluq şəraitində keçməlidir.

İlk görüşdən və tanışlıqdan çox şey asılıdır. Tanışlıq zamanı sifətinizdə məyusluq, süstlük və təşviş hiss edilməməlidir. Gözün içinə dik baxmalısınız. Bu adi ədəb qaydalarından biridir.

Yaxın dostunuzu təqdim edərkən, ümumi sözlərdən qaçın ("Bu mənim ən yaxşı dostumdur"). Hətta o yaxın dostunuz olsa da, belə sözləri işlətməyin. Çünki o Sizin bundan da daha yaxın dostlarınızı tanıya bilər.

SALAMLAŞMA

İnsanların bir-biri ilə mərasimli müraciət formasına - salamlaşma, xudahafizləşmə, təqdim etmə daxildir. Onlar ədəbli, nəzakətli, bəzən isə bədxah, qərəzkar, təkəbbürlü olur. Bunlar insanların bir-birinə münasibətindən - xarakterindən, yaşından, cinsindən, qohumluq əlaqələrindən və səviyyəsindən asılıdır.

Hər xalqın özünəməxsus qarşılama, yoləsalma, salamlaşma, əllə görüşmə, başəymə, ətəkdən öpmə, diz üstə çökmə, papaq çıxarma qaydaları var.

Başəymə böyük hörmət əlamətidir. Başəymənin dərinliyi görüşənlərin səviyyəsindən, yaranmış vəziyyətdən asılıdır. Onun mahiyyəti Allaha, Torpağa bağlılıq, insanlara hörmət deməkdir. Məsələn, Yaponiyada başəymənin üç növü vardır: lap aşağı, orta 30, yüngül başəymə isə 15 dərəcəli bucaq formasındadır.

Əllə görüşmə geniş yayılmışdır, hörmət və dostluq əlamətidir. Uzunlaşmış əl sülh rəmzidir. Əl uzadıb görüşmə zərbə aləti, "daşın" olmaması deməkdir. Qadın birinci əl uzatmalıdır, lakin kişinin əlini sıxma-malıdır.

Qadının əlini öpmək keçmişin adət-ənənəsidir. Yalnız ərddə olan qadınların, anaların, həyat yoldaşınızın, bacılarınızın və evdar qadınların əlini öpmək olar. Qadının əlini öpən kişi bir qədər əyilməli və qadının əlini çox da yuxarı qaldırmamalıdır.

Papaq çıxarma xüsusi hörmət əlamətidir. Daha çox Avropa ölkələrində yayılmış papaq çıxarmanın dərin kökləri vardır. Cəmiyyətdə belə münasibətlərin öz incəlikləri var.

Salamlaşmanın ayrı-ayrı ölkələrdə müxtəlif formaları var. Məsələn, İngiltərədə qadınlar kişiləri birinci salamlayırlar. Bu ölkədə burunları bir-birinə toxundurmaqla da salamlaşma forması mövcuddur.

Şərqi ölkələrində salamlaşma qaydaları fərqlidir. Belə ki, müsəlmanlar bir-biri ilə ucadan salamlayırlar.

Salamlaşandan sonra bir-birindən ailə üzvlərinin vəziyyətini xəbər alırlar.

Şərq ölkələrində indiyə qədər də şəxsiyyətli adamların küçədə getmək qaydaları qalmaqdadır. Şəxsiyyəti yüksək olanlar küçədə asta-asta hərəkət edirlər. Bu da qarşıdan gələnin baş əyib, salamlaşmasına imkan yaradır.

Avropa ölkələrində, eləcə də, Rusiyada kişilər qadınları, kiçiklər isə böyükləri salamlayırlar. Avropada bir-birinə əl uzadıb, salamlaşmaq qəbul olunmuşdur. Bununla da əl uzadıb görüşən təmiz münasibətdə və silahsız olduğunu göstərmək istəyir.

Hindistanda isə Rusiyadan fərqli olaraq, əlləri birləşdirib, sinəyə yaxınlaşdırmaqla salamlşırlar.

Görüşərkən, əli uzun müddət ovucda saxlamaq və silkeləmək yaxşı deyil. Həm də əli azacıq sıxmamış da buraxmaq olmaz. Əllə qısa müddətdə və həvəslə görüşmək ən optimal variant hesab olunur. Tələsərkən və küçədə adam çox olarkən, əllə görüşməyə imkan olmur. Belə hallarda baş əymək, papaq çıxarmaq və bir qədər əylmək kifayətdir. Yaxın dostunuzu əlinizi açıb, yuxarı qaldıraraq, salamlaya bilərsiniz. Əksər hallarda tanışlarla "Sabahın xeyir", "Salam", "Salam, Sizi görməyimə çox şadam", – deyər salamlşıırıq.

Nə qədər insan varsa, bir o qədər də salamlşma forması mövcuddur. Salamlşma dostcasına, nəzakətli olmalı və bu vaxt özünüzü şən göstərməlisiniz.

Salamlşarkən, ağızdakı siqareti və qəlyanı çıxarmaq lazımdır. Bu vaxt diqqət yalnız görüşdüyünüz şəxsə yönəlməlidir.

Papaq çıxarıb salamlşmağa adətkarsınızsa, bunu 30-40 metrlik məsafədən etmək lazım deyil. Nə qədər yaxından salamlşsanız, bir o qədər yaxşıdır. Çünki bu zaman həmin şəxsin sifətini, baxışlarını və s. daha yaxşı görə bilərsiniz.

Papağı çıxarıb, çiyniniz bərabərində tutmağa adət edibsinizsə, bu o demək deyil ki, kepka, beret baş-

dan çıxarılmalıdır. Bu qadınlara aid deyil və onlar üçün problem olmamalıdır.

Kişi qadından yaşca böyükdürsə və rəisdirsə, onda qadın birinci salam verməlidir.

Kişilər görüşərkən, əlcəyin çıxarılması vacib deyil. Qadınlar da həmçinin. Lakin qadın ilə kişi əllə salamlşırsa, kişi mütləq əlcəyini çıxarmalıdır. Qadın əlcəkdədirsə, əl öpülmür. Kişi otaqdakı qadınlardan birinin əlini öpürsə, digər qadınların da əlini öpməlidir. Kişi otaqda bir nəfərlə əllə görüşürsə, digərlərinə də əl verib görüşməlidir.

Ədəb qaydalarına görə hamıya eyni gözlə baxılmalıdır.

Salamlşma şəxsi münasibətlərdən yarandığı üçün onu uca səslə ("salam, dost", "salam, əzizim") elan etmək olmaz. İctimai yerlərdə (restoranda, barda, qəhvəxanada) yanınızdan ötənlərə və qonşu masada əyləşən tanışlarınıza baş əyib, salamlşa bilərsiniz.

Salamlşarkən, səmimi olmalı və həyəcanları gizlətməliyik. Məqsəd görüşdən məmnun qaldığınızı bildirməkdir.

Rastlaşdığınız şəxsi yadasala və tanıya bilmirsinizsə, bu zaman özünüzü görməməzliyə vurmamalı, salamlşıb, ötüb keçməlisiniz.

Sizə təqdim olunmayan şəxslərlə müəyyən vaxt bir yerdə olubsunuzsa (restoranda, qatarda), onlarla salamlşıb, bir neçə kəlmə xoş söz işlətsəniz yaxşı olar.

Birinci kim əl verib salamlşmalıdır?

Nisbətən yaşlı qadınlar cavan qadınlarla, qadınlar kişilərlə, böyüklər kiçiklərlə əllə salamlşmalıdırlar. Tanış ailə ilə rastlaşarkən, əvvəl qadınlar bir-biri ilə, sonra qadınlar kişilərlə, daha sonra isə kişilər salamlşırlar.

Tanış olmadığınız şəxs təsadüfən küçədə və ictimai yerdə Sizi salamlayarsa, ona mütləq cavab verin. Salam Sizə yox, yanınızdakı şəxsə aid olsa belə, yenə də cavab verməlisiniz. Mədəni şəxs yanındakı adamın salamına qoşulmalıdır.

Qadınla gedərkən tanışınızla rastlaşsınızsa, qadını tək qoymayın. Tanışınızı başınızla salamlayın. Əgər tanışınıza deyiləsi sözünüz olarsa, yanınızdakı qadınla birgə yaxınlaşıb, onu qadına təqdim etməlisiniz.

Təsadüfən tanışınıza rast gəlibsinizsə, özünüzdü görməməzliyə vurmayın. Əgər əlaqəni tamam kəsmək fikriniz varsa, onunla rastlaşmamağa çalışın.

Bəzən tanış olmadığınız şəxslərlə hər gün rastlaşsınız. Qəhvəxanada – Sizə xidmət edənlərlə, kitabxanada – kitabxanaçı ilə və poçtalyonla. Bu vaxt o şəxslərə baş əyib, görüşmək kifayətdir. Onlarla əllə görüşmək o qədər də vacib deyil.

Əllə görüşmək istəyənə əl uzatmamaq ədəbsizlikdir. Bu hərəkətinizlə onu təhqir edə bilərsiniz.

İnsanların çox olduğu yerdə hamıya ayrı-ayrılıqda əl verib görüşməyə ehtiyac yoxdur. Çünki onların arasında Sizin tanımadığınız şəxslər də ola bilər.

Yığıncada adam azdırsa və iştirakçıları tanıyırsınızsa, onları bir yerdə salamlamalısınız. Əgər vaxtınız varsa, hamı ilə ayrılıqda da salamlasa bilərsiniz.

Tədbirə gecikibsinizsə, fasilə zamanı salamlamağınız məsləhətdir.

Kəndlərdə bir qayda olaraq, tanıdığınız və tanımadığınız adamların hamısı ilə salamlşırsınız. Şəhərdə isə əhali çox olduğundan bu mümkün deyil.

Salamlşarkən, lovğalanmayın. Vəzifəcə Sizdən aşağılara, hətta təbəçiliyinizdə olanlara qarşı bu hərəkətiniz düzgün çıxmaz. Salam verənə arxa çevirmək yaxşı deyil. Üzbəüz dayanıb, gülümseyərək salamlşmaq lazımdır.

Qonaqlıqda, gəzintidə rastlaşdığınız adamlar arasında görüşmək istəmədiyiniz şəxs olarsa, heç kimlə əllə görüşmək lazım deyil. Baş əymək kifayətdir.

Qonaq gedən kişi əvvəl qadınları, sonra isə kişiləri salamlayır. Qadın isə hamını birlikdə salamlamalıdır.

Qonaq əvvəl ona qapı açanla, sonra evin sahiblərilə, daha sonra isə səbəbkarla salamlşmalıdır (əgər ad

günü və yubileydirsə). Evdəki digər qonaqlarla da salamlşmaq vacibdir və bunu yaddan çıxarmaq olmaz.

Qonaq getdiyimiz yerdə ev sahibləri “xoş gəlmisiniz”, – deyərək, salamı alır və onu yüksək qiymətləndirirlər.

Kişilərə nisbətən qadınlar salamlşmanın və ona cavabın hansı formada olmasına fikir verməlidirlər. Qadın tanımadığı kişinin salamına təmkinlə cavab verməli, lazım gələndə isə laqeydlilik göstərməlidir.

Təqdim olunmayan kişiye qadın salam verməməlidir.

Yaxın adamlarla və ya köhnə dostlarla əllə görüşmək olar.

Nadir hallarda əl iki əllə sıxılır. Bu görüşdüyünüz şəxsə hörmətdən və sevinc hissindən irəli gəlir.

Salamlşarkən, başqasının əlini ovcumuzda hər hansı bir fikirlə saxlayırıqsa və ya sıxırıqsa, bu hərəkətimizlə onu pis vəziyyətə salacağımızı və narahat edəcəyimizi düşünməli, bundan çəkinməliyik.

Uzadılan əli sıxanda o qədər də şax durmaq və arxaya əyilmək lazım deyil. Yalnız bir qədər irəli əyilməklə hörmətinizi bildirmiş olarsınız.

Kişi qadını ayaq üstə salamlamalıdır. Qadının əlini öpmək istəyirsinizsə, ayağa qalxmalı, baş əyməli və qadının əlini bir qədər yuxarı qaldırmalısınız. Yaddan çıxarmayın ki, belə öpüş simvolik xarakter daşıyır və qadına hörmət və məhəbbətdən irəli gəlir. Belə görüş dodaqları ələ toxundurmaqla bitir.

Son illər yanağı-yanağa toxundurmaq dəbdədir.

Yadda saxlayın ki, salamlşmanın müxtəlif formalarından istifadə etməklə, ədəbli və nəzakətli olduğunuzu göstərmiş olarsınız. Bu qarşınızdakı şəxsin Sizə yaxşı münasibətinə zəmin yaradar.

TELEFON DANIŞIĞI

Müasir dövrdə telefon insanlar arasında vacib ünsiyyət vasitəsinə çevirilmişdir. Telefon şəxsi görüşləri və söhbətləri əvəz edib, insanlar arasında münasibətləri genişləndirib, təxirəsalınmaz məsələlərin həllinə imkanlar yaradıb, məlumatların çatdırılmasını asanlaşdırıb, gediş-gəlişi azaldıb.

Telefondan istifadə etmək müəyyən qaydalara riayət etməyi tələb edir. Telefon danışığı mümkün qədər qısa, işgüzar, mədəni və sakit aparılmalıdır. Səhər və axşam zəng çalmamışdan əvvəl Sizin zənginizin kiminsə narahatçılığına səbəb olmayacağını düşünməlisiniz. Adətən, telefonla səhər saat 9-dan axşam 22-yə qədər zəng çalmaq məsləhətdir. Səbəb və ehtiyac olmadan tanışların iş yerinə şəxsi məsələlər üçün zəng çalmaq ədəb qaydalarını pozmaq deməkdir.

Tanış olmadığın şəxsdən telefonla danışarkən, hər hansı məsələnin xahiş edilməsi yaxşı deyil. Belə məsələləri şəxsi görüşlərdə həll etsəniz düzgün olar.

Ədəb qaydalarına görə abonentlə əvvəl salamlaşmalı və özünü təqdim etməlisiniz. Danışığınız bitəndə sağollaşmalısınız. Sizin evə zəng çalıblarsa, dəstəyi qaldırıb, "Alo, Sizi eşidirəm", – deməli, yaxud soyadınızı bildirməlisiniz.

İşinizə zəng çalıblarsa, "bura aerokassadır" və ya "bura filan şöbədir", – desəniz yaxşıdır. Bu vaxt abonent dərhal hara düşdüyünü anlayacaq.

Abonent təkrarən bir neçə dəfə Sizin nömrəyə düşərsə, əsəbləşməyin, zəng çalana kobud cavab verməyin, dəstəyi tullamayın və ona məlumat verməyin. Sadəcə olaraq, sakitcə bildirin ki, o istədiyi nömrəyə düşməyib. Əgər nömrəni bilirsinizsə, bunu dəqiqləşdirin.

Zəng çaldığınız ailənin üzvləri Sizi tanıyırlarsa, özünü və başqalarına problem yaratmamaq üçün əvvəl salamlasın, sonra isə özünü təqdim edin.

Birinci Siz zəng çalıbsınızsa və danışığ yarıda kəsilibsə, onda təkrarən yenə zəng çalmalısınız.

Zəng çaldığınız dəqiqədən söhbətə işgüzar məlumatlardan başlayın. Dostunuza, qohumlarınıza zəng çalıb, onların əhvalını, özlərini necə hiss etmələrini, ailədəki və işdəki vəziyyətlərini öyrənmə bilirsiniz. Ancaq danışığ qısa və məlumat xarakterli olmalıdır.

Yaxşı olar ki, telefon aparatının yanında kağız və qələm olsun. Çünki danışığ vaxtı bunlara ehtiyac olarsa, onları axtarmayacaq, abonenti uzun müddət telefonda gözlətməyəcək və narahat etməyəcəksiniz.

Dostunuza zəng çalarkən, zənginiz onu narahat edə bilər. Çünki Siz onu görmür və hansı işlə məşğul olduğunu bilmirsiniz. Zəng çalarkən, ola bilər ki, o nəhar süfrəsinə əyləşsin və ya televizorda göstərilən maraqlı verilişə tamaşa etsin. Odur ki, danışığa başlamazdan əvvəl onu narahat edib-etmədiyinizi müəyyənləşdirməlisiniz. Dostunuzun yanında kənar şəxs olarsa, ondan açıq danışığ gözləmək əbəsdir.

Telefonla danışan şəxsə mane olduğunuzu hiss edərsənizsə, otaqdan çıxmağınız məsləhətdir.

Təbrikləri, təşəkkürü, toya dəvəti, hədiyyəyə görə təşəkkürü, başsağlığını telefon vasitəsilə deyil, görüşərkən bildirmək yaxşı olar.

Avtomat cavabverən asan və sadə olduğundan bundan çoxları istifadə edir – "Məlumatlarınızı verin, Sizə zəng çalarlar". Ancaq mədəniyyətsiz şəxs "avtovab"ın səsini eşidən kimi dəstəyi yerinə qoyur. Abonentə hörmət edirsinizsə, əsəbləşməyin, axı, o, Sizin zənginizə cavab verib.

Avtomat telefonla zəng çalırsınızsa, danışığının qısa olmasına çalışın. Uzun-uzadı danışmaq ədəbsizlikdir. Sizdən başqa avtomat telefonla danışmaq istəyənləri də nəzərə almalısınız. Növbə gözləyənlər səbirli olmalı, danışığa mane olmamalı, replika atmamalıdır. Telefonu uzun müddət məşğul edən söhbətini yarıda kəsmək yaxşı deyil. Sadəcə olaraq,

ondan danışığı tez qurtarmasını xahiş etmək lazımdır.

Avtomat telefonla zəng çalırınsınızsa və abonent cavab vermirsə, onda nömrəni təkrarən yığmaq lazım deyil. Kabinədən çıxıb, növbə gözləyəne abonentin cavab vermədiyini bildirin və imkan verin, o da zəng çalsın. O danışb, qurtardıqdan sonra Siz təkrarən zəng çala bilərsiniz.

Qonşunun telefonundan istifadə edirsinizsə, Sizə olan yaxşı münasibətdən istifadə edib, telefonu məşğul etməyin. Şəxsi danışq üçün qonşunun telefon nömrəsini öz nömrəniz kimi tanışlarınıza verməyin.

Yadda saxlayın ki, xidməti telefonda uzun-uzadı danışığa yol verilmir. Belə danışqlar iş yoldaşlarınızın yanında aparılırsa və onların diqqətini cəlb edirsinizsə deməli, ədəbsizliyə yol verirsiniz.

Telefon zəng çalarkən, dəstəyi götürmüşsünüzsə və Sizdən həmkarınızı soruşurlarsa, “bir dəqiqə”, – deyib dəstəyi ona verməlisiniz. Zəng çalanın kimliyi ilə maraqlanmamalısınız. Əgər həmkarınız işdə yoxdursa, onda soruşa bilərsiniz: “İşə gələndə ona nə çatdırım?” və ya “o kimə zəng çalmalıdır?”.

Görüşünüze gələn varsa, telefonda uzun-uzadı danışmaq düzgün deyil. Belə halda görüşə gələndən üzr istəməlisiniz. Telefonla danışdığınız şəxsə isə “məşğulam, xahiş edirəm, başqa vaxt zəng çalın”, – deməlisiniz.

Danışq vaxtı bunları yadda saxlamalısınız:

- nə haqda danışacağınızı, lazımı rəqəmləri, ünvanları, soyadları;

- özünüzü təqdim etməli, kiminlə danışdığınızı öyrənməli və hansı məqsədlə zəng çaldığınızı bildirməli;

- zəng üçün əlverişli vaxt seçməli;
- xidməti iş üçün evə zəng çalmamalı;
- nömrəni dəfələrlə yığırsınızsa və abonent cavab vermirsə, zəngi dayandırmalı;

- “zəng çalan kimdir?” – sualını verməməli;
- Sizə səhvən düşüblərsə, nəzakətlə cavab verməli;

- danışq əsasən işgüzar xarakter daşımali;
- rabitə növbətçisinə “hörmətli növbətçi”, – deyərək müraciət etməli, “ay qız” ifadəsini işlətməməli;
- danışığa birinci kim başlayıbsa, o da qurtarmalı və dəstəyi yerinə qoymalı;

- qadın kişi ilə danışırırsa, danışığı birinci qadın qurtarmalıdır.

MƏKTUBLAŞMA

Şəxsi, işgüzar və rəsmi xarakter daşıyır. Odur ki, onların yazılmasının, məzmununun müxtəlif tələbləri var.

Məktubu yazılan şəxsə münasibətdən, məlumatlardan, vəziyyətdən və s. asılı olaraq, hər kəs onu bildiyi kimi yazır. Bəziləri özləri haqda qısa məlumat verməklə kifayətlənirlər, digərləri isə bir neçə səhifədən ibarət yazılmış məktublara üstünlük verirlər.

Əllə yazılmış məktub daha yaxşı hesab edilir. Məktub aydın xətlə və səliqəli yazılmalıdır. Oxunarkən, fikirlər aydın başa düşülməlidir. Əgər məktub çap maşınında yazılıbsa, ona qol çəkilir. Bu halda yaxşı olar ki, bir neçə kəlmə də əllə yazılsın.

Məktub yazarkən, karandaşdan istifadə etməyin. Karandaşla yazılan məktubu oxumaq çətin olur. Belə məktublarda qatlanmış yerləri oxumaq mümkün olmur.

Məktub ağ və qalın kağızda yazılmalıdır. Rəngbə-rəng və bəzəkli kağızda yalnız yaxın qohumlara məktub yazmaq olar. Zərfdəki məktub oxunmamalıdır.

Zərfin içərisindəki yazılar oxunmasın deyə, məktub əlavə bir kağıza bükülməlidir.

Yığıncaqlara dəvətləri, təşəkkürləri və təbrikləri əllə yazıb göndərməlisiniz. Bu daha etibarlı və səmimi alınar.

İstər şəxsi, istərsə də işgüzar xarakterli məktublarda gün, ay, il mütləq göstərilməlidir. İşgüzar məktublarda gün, ay, il birinci səhifənin yuxarısında sağ küncdə, adi məktubda isə qol çəkəndən sonra sol tərəfdə yazılmalıdır. Tarixi yazarkən, yadda saxlayın ki, alınan məktuba beş günün ərzində cavab yazmaq hörmət əlamətidir.

Məktub yazılan kağızın kənarından iki sm-ə qədər boş yer qoyulmalıdır ki, işə tikilərkən, çətinlik yaranmasın.

Məktub kağızın ortasından müraciət formasında

başlanır. Şəxsi məktublarda müraciətlər etik normalar və münasibətlər nəzərə alınmaqla yazılmalıdır. Ailədə kimə necə müraciət edirsinizsə, məktubda da o müraciət formalarından istifadə edilməlidir: "Əziz ana", "Hörmətli qardaşım", "Salam Əhməd" və s.

Məktub bir neçə səhifədən ibarət olarsa, onları nömrələmək lazımdır (nömrələr kağızın baş tərəfində - ortadan, bəzən isə sağdan yazılır). Zərf iri deyilsə və məktubun səhifələri əziləcəksə, onda məktub qatlanmalı və zərfdə yerləşdirilməlidir.

Məktub xoş arzularla və yaxşı münasibət bildirməklə (məsələn, "Sizə işlərinizdə müvəffəqiyyət, ailədə xoşbəxtlik arzulayıram. Böyük hörmətlə Əhməd"), tamamlanır.

Məktub qatlanarkən, yazılı tərəf içəriyə qalmalıdır. Ona görə də məktub kağızın bir üzünə yazılır. Hətta məktubda bir neçə cümlə yazmalı olsanız belə, bütöv vərəq götürülməlidir. Kağız yoxdursa, məktubu adi dəftər vərəqində də yazmaq olar.

Bədii poçt kartoçkasından əsasən, təbriklər və qısa məlumatlar üçün istifadə olunur. Əgər şəxsi və gizli məlumat verilsə, kartoçkanı zərflə qoymaq lazımdır.

Zərfdə ünvan səliqəli, və aydın yazılmalıdır. Poçt göstəricisi, şəhər, küçə, binanın və mənzilin sayı, soyad, inisial (ad və atanın adının baş hərfləri) göstərilməlidir. Bəzən soyaddan əvvəl "cən". (cənab) və "hörm". (hörmətli) yazılır.

Xarici ölkələrdə isə bu başqa formada yazılır. Əvvəl ad, küçə, ev, sonra isə şəhər qeyd olunur.

Ola bilər ki, məktub yazdığınız şəxs ünvanınızı xatırlamasın və ya ünvanınız onda olmasın. Odur ki, ünvanınızı mütləq göstərməlisiniz.

Səhvən Sizə düşən məktubu oxumaq olmaz. Həmçinin, ünvanlanmış məktubu Sizə yazan şəxsin icazəsi olmadan heç kim oxumamalıdır. Məktublaşma şəxsi iş olduğundan hətta uşaqlara ünvanlanmış məktubu ələ keçirib oxuyan valideynlər onlarla münasibəti korlaya bilərlər.

İmzasız məktub nəzərə alınmamalı və cırıb atılmalıdır. Odur ki, məktub yazanda həm ünvanı göstərin, həm də imzanızı atın.

Məktub adətən, ehtiyac olarkən və ya tarixi günlərdə yazılır.

Təbrik məktublarını vaxtında göndərmək lazımdır ki, bayram günü sahibinə çatsın. Gec xəbər tutduğunuz bir hadisəni təbrik etmək istəyirsinizsə, bunu Sizə məlum olan gündən bir həftə gec olmayaraq, etməlisiniz (məsələn, ailə qurmaq). Başsağlığı da on gündən gec olmayaraq, verilməlidir. Belə məktub qısa və hüznü olmalıdır. Bu məzmununda yazılmış məktublara cavab almasanız inciməyin.

Teleqram vasitəsilə də təbrik etmək olar. Yadda saxlayın ki, xarici ölkəyə göndərilən teleqrama ünvan fransız dilində, latın hərfləri ilə yazılır. Bu poçt rəhbərliyində beynəlxalq dil hesab edilir.

Yalnız xidməti məktublar çap olunmalı və ciddi formada yazılmalıdır. Belə məktublar vərəqin yalnız bir üzündə yazılır. Yuxarıda başlıq, tarix, ünvan, soyad və idarənin adı yazılır. Sonra isə məzmun, imza və məktuba əlavələr göstərilir.

Rəsmi məktublar işgüzar xarakterdə olmalı, qısa və aydın yazılmalıdır. Məktuba hər hansı əlavələr etmək məsələsi ortaya çıxarsa, onda imza atandan sonra P.S. (postskriptum; latın söz. – yazılandan sonra) əlavələr edilir. Bundan sonra ya imza atılır, ya da inisial yazılır.

Bəzi rəsmi məktublarda tarix məktubun axırında və sol tərəfdə yazılır (bax. əlavələr).

Məktub yazdığınız şəxsin soyadı, adı və atasının adı məlumdursa, bundan yalnız rəsmi məktublarda istifadə edin. Yadda saxlayın ki, belə məktubda da “hörmətli”, “hörmətlə” sözü işlədilməlidir.

İlk məktubu səyahətə çıxan yazılmalıdır. Məktub alan da yubanmadan cavab məktubu göndərməlidir.

Qadın yalnız həyat yoldaşı və yaxın qohumu (kişi) ilə məktublaşa bilər.

Məktubu sahibinə çatdırmağı öz üzərinə götürən şəxs onu bağlı şəkildə təqdim etməlidir. Məktubu alan şəxs isə onu təqdim edənin yanında açmalıdır.

Məktubda onu yazan şəxsin mənəvi siması, təhsili və mədəniyyəti öz əksini tapmalıdır. Odur ki, məktubda mənasız sözlər işlətməməli və fikir aydın ifadə olunmalıdır.

Məktub yazmaq üçün ağıl, istedad və qabiliyyət əsas şərtidir. Bu da təcrübədən asılıdır. Şəxsi münasibətlərdən asılı olaraq, məktublar böyüklərə və nüfuzlu şəxslərə hörmət və ehtiramla, tay-tuşlara lətifə xarakterli, özündən kiçiklərə nəvazişlə yazılmalıdır.

Məktublar adətən, bir-biri ilə əlaqədar dörd hissədən ibarət olur:

– Müraciət – fəxri adı olan fəxri adla, ad və soyad ilə başlayır.

– Müqəddimə – xoş söz, arzular, üzr istəyib günahından keçmək.

– Xülasə – məktub yazdığınız şəxsi maraqlandıran hadisələr, ayrı-ayrı fikirlər və ifadələr.

– Tamamlama – sədaqət, dostluq, hörmət və ehtiram bildirməklə şəxsi imza.

– Postskriptum P.S. Bunu yalnız yaxın adamlara məktub yazarkən, etmək olar. Böyüklərə yazılan məktublarda buna qətiyyən yol vermək olmaz.

Məktubda “Siz” müraciət formasından istifadə edəcəksinizsə, bu söz böyük hərflə yazılır.

Məktubda bəzən qol çəkmək əvəzinə, baş hərfi yazıb, sonra nöqtələr qoyurlar. Bu ədəbsizlikdir.

“Sizin əziziniz”, “hörmətlə”, “Sizi artıq dərəcədə sevən” və s. bu kimi sözlərin məktubda işlədilməsi yazışdığınız şəxsə münasibətinizdən asılıdır.

Kimə yazılmasından asılı olmayaraq, məktub uzun-uzadı, yorucu olmamalıdır. Özünüzdən böyüklərə əhatəli məktub yazmaq ona hörmətsizlik əlamətidir. Yaşca kiçiklərə isə məktub yazarkən, təkəbbürünüzü hiss etdirməməlisiniz. Yalnız yaxın qohumlara, dostla-

ra və tanışlara ətraflı məktub yazılmalıdır. Məktubda müəyyən etiket qaydalarına riayət edilməlidir. Məktublar işgüzar, zəmanət, üzristəmə, xatırlama, başsağlığı formasında olur.

Qohumlara və yaxınlara məktub

Məktub üçün ağ və qalın kağızdan istifadə edilir. Əzilmiş kağıza yazılmış məktub həmin şəxsə qarşı hörmətsizlikdir.

İşgüzar məktub

Burada əsasən işgüzar məsələlərə toxunulur. Məktub çap maşınında iki intervalda aydın yazılmalıdır. Kənardan isə beş interval məsafə qoyulmalıdır. Səhifələr ərəb rəqəmləri ilə nömrələnir və hər iki tərəfindən defis işarəsi qoyulur. Məktub savadlı yazılmalı və üzərində düzəliş edilməməlidir. Kağıza qənaət etmək lazım deyil. Bir söz qalsa belə, yeni vərəq götürülməlidir. Məktub yazılan tərəf içəri qatlanır. Vacib məktubları qatlamaq lazım deyil. Belə məktublar böyük zərflərdə göndərilir.

Zəmanət (töfsiyə, məsləhət xarakterli) ***məktubuna*** çox zaman işgüzar məktublarda rast gəlmək olur. Bu məktub vasitəsilə səlahiyyətli şəxsdən himayəsində olan şəxsə diqqət və qayğı ilə yanaşmağı xahiş edə bilərsiniz.

Zəmanət məktubunda zəmanət verdiyin şəxsin mənəvi keyfiyyətləri, işgüzarlığı, istedadı və bacarığı haqqında məlumat verilir. Məktub yazan verdiyi zəmanət üçün məsuliyyət daşıyır. Zəmanət məktubu yazılı sənəd olduğundan telefon zəngindən və şifahi tərifdən daha dəyərlidir.

Zəmanət məktubuna vizit kartoçkası da qoyulur. Zəmanət verdiyiniz şəxsin adı karandaşla öz adınızdan yuxarıda yazılır. Məktub kuryerlə (üçüncü şəxsə) göndərilərkən, zərf bağlanmır.

Üzristəmə məktubu

Qəlbinə dəydiyiniz şəxsə yazılır. Məktubda günahlar etiraf edilir və üzr istənilir. Belə məktublar üzr istəyən şəxsi səhvini boynuna aldığına görə yüksəldir. Çox vaxt belə etiraf düzgün başa düşülmür.

Xatırlama məktubu

Belə məktublarda yaddan çıxmış bir şeyi qaytarmaq xatırlanır. Məktub olduqca ədəblə yazılmalıdır.

Başsağlığı məktubu

Faciənin baş verdiyi vaxtdan bir həftə gec olmayaraq, göndərilir. Qısa, təsəlliverici və kövrək hisslərlə yazılmalıdır. Cavab məktubu da qısa olmalıdır: "Kədarli məktubunuza görə təşəkkürümü bildirirəm".

Təbrik məktubu

Şad xəbərlər alınanda yazılır. Məktublar qısa olmalıdır. Belə məktublarda yaxınlara – qohumlara, tanışlara əlavə məlumatlar vermək olar. Təbrik məktubları ad və toy günlərində, yeni ildə, novruz bayramında yazılır. Məktubda sevinc, fərəh hiss olunmalı və müvəffəqiyyətlər arzulanmalıdır.

Məktub yazılır, diqqətlə oxunur və səhvlər düzəliş edilir. Üzərində düzəliş aparılmış məktubu köçürdükdən sonra ünvanına göndərmək lazımdır. Məktub səbi və hövsələsiz vəziyyətdə yazılıbsa, onu ünvanına göndərmək məsləhət deyil.

Ailədə kişiye ünvanlanmış məktubu qadın oxumamalıdır. Kişi də öz növbəsində həyat yoldaşına ünvanlanmış məktubu açmamalıdır. Uşaqlar evə ünvanlanmış məktubla valideynlərin icazəsi olmadan maraqlanmamalıdır.

(Bəzi məktubların yazılışına və məzmununa izahatlar bölməsində bax).

PAPİROS ÇƏKMƏ

Papirosun insanın sağlamlığına zərərini hamı bilir. Buna baxmayaraq, əksər insanlar bu zərərli adətdən əl çəkə bilmirlər. Papiros çəkmək geniş yayıldığından, bununla hesablaşmaq lazım gəlir. Papiros çəkmənin müəyyən qaydaları var və bunları hər papiros çəkən yaxşı bilməlidir.

Aşağıdakı şəraitlərdə papiros çəkmək olmaz:

- "Papiros çəkmək qadağandır", – lövhəsi asılan yerlərdə;

- Teatrda, kinoda, benzindoldurma məntəqəsində, xəstəxana palatasında;

- Yad evdə, idarədə, mağazada, ictimai nəqliyyatda;

- Xəstə olan otaqda;

- Rəqs edərkən;

- Nahar zamanı (birinci xörəklə ikinci xörəyin arasında);

- Qadınlar küçədə gedərkən;

- Təntənəli iclaslarda.

Yemək yeyərkən, xüsusilə masa ətrafında papiros çəkən olmazsa, Sizə də papiros çəkmək məsləhət görülmür. Qəhvə masaya gələnə qədər gözlənsəniz yaxşı olar: Qəhvə verilirərkən, siqar çəkmək müəyyən qədər yerinə düşər.

Bəzi restoranlarda papiros çəkməyə icazə verilmir. Əgər masanın üstündə külqabı yoxdursa, deməli, restoranda papiros çəkilmir. Onda papiros çəkmək üçün ayrılmış xüsusi otağa və ya kişilərə aid otağa çəkməlisiniz. Əksinə, masada külqabı olsa belə, tüstü buraxmağa tələsməməlisiniz. İlk növbədə əyləşənlərdən icazə almalısınız. Çünki qonaqlar arasında həm tüstüyə qarşı allergiyalı insanlar ola bilər, həm də papiros tüstüsü iştahın pozulmasına səbəb olar.

Kişilər qadınların yanında yalnız küçədə, kino, teatr, dan çıxanda, uzunmüddətli gəzinti zamanı papiros çəkə bilərlər.

Küçədə, xüsusilə gedə-gedə papiros çəkmək məsləhət görülmür. Bu vaxt bir kənara çəkilib və ya skamyada əyləşib, papiros çəksəniz yaxşı olar.

Yad yerdə olarkən, ev sahibi siqaret təklif etməzsə, onda papiros çəkmək üçün icazə almalısınız.

Dostunuzun evinə qonaq gedibsiniz və dəqiq bilirsiniz ki, onlarda papiros çəkən yoxdur, bu vaxt icazə almağa cəhd göstərməyin. Çünki bu hərəkətinizlə dostunuzu pis vəziyyətdə qoya bilərsiniz. Bu vaxt ya dözməlisiniz, ya da eyvana çıxıb, siqaret çəkməlisiniz.

Hazırda işgüzar yığıncaqlarda papiros çəkilmir. Bunun üçün adətən, fasilə elan edilir.

Uşaqların yanında papiros çəkmək olmaz.

Yataq otağında papiros çəkməyin.

Məsciddə, kilsədə, məktəbdə və qəbiristanlıqda papiros çəkməkdən çəkinin.

Papiros çəkən şəxsə mütləq siqaret olmalıdır.

Qadınlar kişilərə od verməməlidirlər.

Sizə od verənin əlindən kibriti və alışqanı almayın.

Papiros çəkmək istəyən qadın öz kibritindən istifadə etməlidir. Kişilər qadını qabaqlayıb, kibrit və alışqan təklif edə bilərlər. Qadının əlindən kibrit qutusunu almaq olmaz.

Söhbət edərkən, papirosu alışdırmaq ədəbsizlikdir.

Siqaret və ya kibrit təklif edən ayağa durubsa, Siz də mütləq ayağa qalxmalısınız. Eləcə də, əyləşən ayaqüstə durana siqaret və ya od təklif edirsə, özü də ayağa qalxmalıdır.

Od və siqaret verdiyiniz şəxs Sizə yaxın əyləşib-sə, ayağa qalxmaya da bilərsiniz.

Kibriti yana-yana üçüncü şəxsin qarşısından uzatmaq olmaz. Bunun üçün ayağa durub, ona yaxınlaşmalısınız. Siqaretinizlə başqasının siqaretini yandırmaq düzgün deyil. Kibritinizi və ya alışqanınızı ona təklif etsəniz yaxşı olar.

Külü boşqaba, vazaya və yerə tökmək qəti qadağandır. Papirosun külünü yalnız külqabına tökmək lazımdır. Yaxınlığınızda külqabı yoxdursa, xahiş edib, gətirdə bilərsiniz.

Papirosun kötüyünü döşəməyə atmaq qətiyyən yolverilməzdir.

Siqareti yana-yana mebelin üstünə qoymaq olmaz.

Damaqda papiros salamlaşmaq və danışmaq ədəbsizlik hesab edilir.

Yanınızda əyləşənin və ya ayaq üstə duranın üzünə ehtiyatsızlıq edib, tüstü buraxmaq olmaz.

Passiv papiros çəkənlər daha çox zərərçəkən olurlar (papiros çəkməyən, ancaq tüstünü nəfəsinə çəkən).

İctimai nəqliyyatda və təyyarədə papiros çəkmək qadağandır. Qatarın vaqonundakı işləməyən tambur siqaret çəkmək üçün nəzərdə tutulub.

Qadınla qol-qola yol gedərkən, papiros çəkmək olmaz.

Sizi siqaretə qonaq edirlərsə, imtina etmək ədəbsizlikdir. Yalnız belə demək olar: "Bu tütün mənə düşmür".

Papirosun kötüyünü yana-yana hara gəldi (sönməmiş) atmayın. Eləcə də, siqareti tüstülənə-tüstülənə külqabına qoymayın. Sönmüş siqareti külqabından götürüb, yandırmaq yaxşı deyil.

Papiros çəkib, qurtardıqdan sonra kötüyünü eyvandan aşağı tullamaq yaxşı deyil. Bu yanğın təhlükəsi yarada bilər.

Ümumiyyətlə, papiros çəkməmək daha yaxşıdır.

HƏDİYYƏLƏR

Hədiyyə verməyin çox qədim tarixi var. Çox vaxt insanlar bir-birini hədiyyə ilə sevindirirlər. Zövqlə seçilmiş və çox məharətlə təqdim edilmiş hədiyyə həm alanın, həm də hədiyyə verənin sevincinə səbəb olur.

Hədiyyə - etiketin hörmət nişanəsidir və xoş arzu deməkdir. Hədiyyənin qiymətini pulla ölçmək düzgün olmaz. Hədiyyə ilə bəxşişin fərqli cəhətləri çoxdur. Hədiyyə təmənnasız olmalıdır. O mənfəət məqsədi ilə verilmir. Hədiyyə ilə hesablaşma bir araya sığmaz. Ürəkdən verilən hədiyyə olduqca dəyərli hesab edilir. Zövqlə seçilmiş və mərasimə uyğun alınan hədiyyə xüsusilə çox qiymətli hesab olunur. Hədiyyə seçib, alarkən, yubilyarın tələbi, zövqü və istəyi nəzərə alınmalıdır.

Hədiyyənin əhəmiyyəti üç şərtədən asılıdır: hansı hisslərlə verilməsindən, şəxsə münasibətdən və nəzakətlə təqdim olunmadan. Bəzən dəvət olunduğumuz məclisə əliboş getməmək üçün heç nəyi nəzərə almamış, tələsik hədiyyə seçirik.

Hədiyyə incə və gözəl bağlanmalı, təbəssümlə və ürəklə təqdim olunmalıdır. Hədiyyəni qəbul edən bağlamanı açmalı və təşəkkürünü bildirməlidir.

Hədiyyə vermək üçün səbəblər çoxdur. Məsələn, bayramlarda, ailə şənliklərində və s. Adi görüşlər zamanı, xüsusilə, uşaqlara hədiyyə vermək yaxşı ənənədir.

Gül ən geniş yayılmış hədiyyə növüdür.

Bəs gülü necə təqdim etməli? Açıq, yoxsa bağlı şəkildə?

Bu ilk növbədə, bağlamanın görünüşündən, onun gözəlliyindən asılıdır. Gülü qapıdan verirsənsə, onda bağlanmış şəkildə, əgər otağa daxil olursansa, açıq təqdim etməlisən. Gülü şəxsən təqdim edə bilməyəcəksənsə, kiminləsə göndərəcəksənsə (mağazadan səbətdə), onda vizit vərəqəsini və ya məktubu gülə bağlamalısan. Bununla da hədiyyə alan kimə təşəkkür edəcəyini biləcək.

Kişilər bütün bayramlarda qadınlara gül hədiyyə edə bilirlər. Qadınlar isə yalnız qadınları və ya özündən yaşlı kişiləri güllə təbrik edə bilirlər. Ev sahibinə və ya şənliyin səbəbkarına gül sol əllə təqdim olunur, sağ əl isə salamlamaq üçün boş saxlanılır.

Gül diqqətlə seçilməlidir. Yubilyara inciçiçəyi, qıza isə qərənfil səbəti bağışlamaq olmaz.

Kimə hansı gülü, çiçəyi hədiyyə verəcəksənsə, əvvəlcədən onların rəmzi mənasını bilməlisən:

Çoxləçəkli qızılgül-	uşaq gözəlliyi.
Ağ qızılgül-	günahsızlıq.
Sarı qızılgül-	ər-arvad sevgisinin nişanəsi.
Qızılgül qönçəsi-	çiçəklənən gənclik.
Küsdüm ağacı-	təvazökarlıq.
Unutma məni	
(yaddaş çiçəyi) -	məni yada sal.
İnciçiçəyi-	xoşbəxtlik.
Ağ zambaq-	təmizlik.
Nərgizgülü-	ədəbətlik, özünü bəyənmə.
Gülünbahar-	qısqanclıq, həyəcan.
Çoxlələkli qərənfil-	naz-qəmzə, şivə satma.
Dəfnə ağacı-	qələbə şadlığı.
Zeytun ağacı-	sülh və razılaşma.
Yovşan-	ürəkdən qayğı.
Dağ lələsi-	cəlal, təmtəraq.
Ətirli noxud-	nəzakət, zəriflik.
Dazı (qoyunqıran)-	saxta, yalan.
Söyüd-	ürəyiaçlılıq, səmimiyyət.
Sərv ağacı-	qəmginlik.
Çobanyastığı-	nifrət, ədavət.
Yasəmən-	tərk etmək.

Rənglərə ta qədimdən verilən rəmzi mənalara bilmək lazımdır:

Ağ-	təmizlik, günahsızlıq, açıqlıq.
-----	---------------------------------

Fırfır, al qırmızı-	yüksəklik, şərəf, əzəmət.
Parlaq qırmızı-	zirəklik, ağıllılıq, çeviklik, fərəsət.

Çəhrayı-	gənclik, sevgi, incəlik.
Qəhvəyi-	itaətkarlıq, başı aşağılıq.
Tünd qəhvəyi-	dərin izzətdən, dərin kədər.
Boz-	ümid.
Tünd sürməyi-	xoşbəxtlik, səadət, zövq.
Bənövşəyi-	dostluq, xatirə, yadasalma, sadiqlik.

Narıncı-	şübhəlilik.
Solğun sarı-	vəfasızlıq, yanlışlıq.
Qara-	qüssə, kədər, qəm.
Qızılı-	təmtəraq, əzəmət, parıltı, şəfəq, dövlət.
Gümüşü-	ölməzlik, əbədilik.
Bənövşəyiyaşıl-	itaətkarlıq, boyunəymə.
Sarı-	həsəd, qibtə, paxıllıq, hiyləgərlik, məkrlik, iblislik, qəddarlıq.
Göy-	düzlük, vəfa.
Mavi-	inam, etibar.
Yaşıl-	ümid.
Qırmızı-	ehtiras, şövq, hərislik.

Hədiyyə etdiyiniz şəxs güllərin mənasını bilirsə, özünü pis vəziyyətə salmamaq üçün gülü seçərkən, tələsməyin və diqqətli olun.

Aşağıda adı çəkilən güllər hər bir qıza layiq hədiyyə ola bilər.

Peyğəmbərçiçəyi -	etibar.
Sarmaşiq -	dostluq.
Zəng çiçəyi -	sevimli, qanışirin.
Qızçiçəyi -	təvazökar.
Zambaq və inciçiçəyi -	təmiz, günahsız.
Əspərək, məhəbbət çiçəyi -	xoşxasiyyət, mehriban.
Bənövşə -	günahsız, sirr verməyən.

Elə çiçəklər var ki, onları ilk görüşdə, tanışlıq vaxtı və birinci dəfə evinə dəvət aldığınız şəxsə hədiyyə vermək olmaz. Bu çiçəklər aşağıdakılardır:

Zərinc-	tez incimə.
Pişikotu-	yüngüllük.
Sarı şəbbü-	alovlu sevgi.
Fındıqlıq, qozluq-	ürək qəmginliyi.

Münasibətlərin pozulmaması üçün gül-çiçək dəstəsinin kimə təqdim olunacağını yadda saxlamalısınız.

Hamıya yaxşı məlumdur ki, ağ gül dəstəsi gəlinin toy paltarına əlavə gözəllik verir.

Bənövşə-	əbədi hörmət, məhəbbət.
Qızılgül-	sevgi əlaməti.
Georgin-	ərli qadına rəfiqələri tərəfindən hədiyyə edilir.

Əgər kişi həyat yoldaşını çiçəklə sevindirmək istəyirsə, ona hədiyyə edəcəyi ağ qızıl gül dəstəsinə bir qırmızı gül də əlavə etməlidir.

Sevimli qadına sarı rəngli qızılgül dəstəsi hədiyyə etməklə, onun səviyyəsinin yüksək olduğunu göstərmiş olarsınız.

Qıza yasəmən çiçəyini hədiyyə edirlərsə, bu ayrılmaz sevgidən xəbər verir.

Qıza iki ağ və bir qırmızı herbari çiçəyi verilibsə, bu ona xoşbəxtlik gətirər.

Qarğasoğan dəstəsi mərasim dəstəsi hesab olunur.

Oğlan doğulanda qırmızı, qız doğulanda isə rəng-bərəng qarğasoğanı hədiyyə edilir.

Kişi qadına bir çiçək hədiyyə verə bilər. Yubilyar isə qızılgül dəstəsi ilə təbrik edilir.

Təbrik edəcəyiniz şəxsi çoxdan tanıyırsınızsa və hansı çiçəyi sevdiniyi bilirsinizsə, onu mütləq həmin çiçəklərlə sevindirməlisiniz.

Sizə gül hədiyyə verilibsə, onu mütləq hədiyyə verənin yanında açıb, bütün yaxşı cəhətlərini və keyfiyyətlərini qeyd etməlisiniz.

Gülü əsas hədiyyəyə əlavə kimi də vermək olar. Bu zaman gül hədiyyənin üstünə qoyulmalı, yaxud lentlə ona bağlanmalıdır.

Kişilərə uzun çiçəklər (qərənfil, qızılgül, payızgülü) vermək qəbul olunmuşdur. Çünki inciçiçəyi kimi zərif dəstə kişinin əlində çox kiçik görünür. Qocalara uzun saplaqlı çiçək vermək olar.

Hədiyyə edilən çiçəklərin sayı tək olmalıdır - üç, beş, yeddi... Bu şərti mənə daşıyır.

Matəm gülləri tünd rəngli çiçəklər - al qırmızı qızılgül və georgin hesab olunur.

Sizə qızılgül və qərənfil gətiriblərsə, onları ayıraraq, başqa-başqa güldanlara qoyun. Çünki qızılgül və qərənfil bir güldana qoyulanda tez solur. Belə güllərə nərgizgülü və inciçiçəyi də aiddir.

Sizə gül bağışlayıblarsa, təşəkkürünüzü bildirin və onu ən yaxşı hədiyyə kimi otaqda diqqəti cəlb edən yerdə qoyun.

Hədiyyə seçmək ciddi məsələdir. Hədiyyə vaxt, vəsait və zövq tələb edir. Hədiyyə seçərkən, qonaq gedəcəyiniz evdəki şəxsin istəyini, həvəsini və marağını da nəzərə almalısınız. Bundan başqa hədiyyənin hansı münasibətlə verilməsi də əsas məsələdir.

Xoşunuza gəlməyən, lazımsız və özünüza yaraşdırmadığınız hədiyyəni başqasına da rəva görməyin. Bu nə Sizə, nə də hədiyyə bağışladığınız adama xoş gəlməz.

Hədiyyənin bahalı olması vacib deyil. Elə etmək lazımdır ki, hədiyyə bağışladığınız şəxs və digər qonaqlar Sizin bağışladığınız bahalı hədiyyə qarşısında çətinliklə üzlaşməsələr.

Hədiyyələrə nələr daxildir və nəyi bağışlamaq olar?

Geyimlər - kişi köynəyi, şərf, əlcək, kəmə,

muncuq, ləçək, nələyin, saat, qolbağı, zaponka, sırğa, pul kisəsi, gün eynəyi, paltarlıq parça, klipsi.

Kosmetika - ətir, pudra, dırnaq lakı, üzü tərəş etmək üçün krem, pudra qabı, vanna üçün ətirli duz, kosmetika çantası, manikür dəsti.

Təbii və ya süni zərgərlik məmulatı - zaponka, sancaq, boyunbağı, qolbağı, broşka, klipsi.

Bakkaliyə - tort, yaxşı növ çay, qəhvə, kakao, şokolad, portağal, evdə hazırlanmış mürəbbə.

Canlı hədiyyələr - (bağışlayacağın adamla razılaşdırandan sonra) kiçik, pişik balası, qızıl balıq, siyam pişiyi.

Praktiki hədiyyələr - səfər ütüsü, səsli çaynik, stolüstü lampa, süfrə, təsərrüfat çantası, qovluq.

Rəsmi hədiyyələr - gül dəstəsi və ya çiçək səbəti, büllur qab-qacaq, şokolad qutusu, illüstrasiyalı (şəkilli) bədii kitab.

Xarici qonaqlara - milli-bədii və incəsənət əsərləri, yerli içkilər, albom, vallar, audio və video kasetlər.

Müxtəlif hədiyyələr - albom, vaza, şahmat, termos, avtoqələm, pul kisəsi, barometr, kompas, avtomobil üçün kiçik avadanlıqlar, divan yastığı, bəzi idman və ya turist əşyaları.

Hərərət ölçən cihazı, tibb bankasını və s. hədiyyə etmək olmaz.

Alt paltarını yalnız ailə üzvlərinə hədiyyə etmək olar. İstisna hallarda çox yaxın rəfiqələr bir-birinə belə hədiyyə verə bilərlər.

Kimə hansı münasibətlə və nəyi hədiyyə verəcəyinizi dəqiq bilməlisiniz. Məsələn,

nənəyə, anaya-	çəkmə, örpək, corab və s.
babaya, ataya-	pulover, şərf, köynək.
qadın həyat yoldaşına -	portfel, əlcək, dəbdə olan köynək, qalstuk.
gənc anaya - işlədilən şeylər-	uşaq arabası, qab-qacaq.

Doğum gününə hədiyyə bağışlamaq çox vacibdir. Hədiyyəni ad günü keçirənə münasibətdən asılı olaraq, bağışlayırlar.

Ad gününü qeyd edənə hörmət edirsinizsə, vaxtınıza heylslənməyin, əvvəlcədən onun hansı hədiyyəni xoşladığını öyrənin. Seçilib alınmış hədiyyə həm Sizi, həm də onu sevindirir.

Bəzən hədiyyə kimi kitab da bağışlayırlar. Kitab seçəndə çalışın ki, məzmunu onun şəxsiyyətinə toxunmasın.

Dostunuza əl işlərinizdən birini bağışlasanız çox yaxşı olar.

Ad gününə pul da hədiyyə etmək olar. Bu eyib deyil və ləyaqətsizlik hesab olunmur. Pul zərfdə təqdim olunmalıdır.

Gənc oğlan qıza tualet və alt paltarı hədiyyə verməməlidir. Ola bilər ki, həm qız, həm ətrafdakılar, həm də ailə üzvləri bunu düzgün başa düşməsinlər.

Çox vaxt kişilər qadınların hansı kosmetikani xoşladıklarını dəqiq bilmirlər. Odur ki, hədiyyə almamışdan əvvəl onların hansı firmanın mallarını xoşladıklarını sözarası öyrənmək lazımdır.

Hədiyyənin qiymətini bildirmək ədəbsizlikdir. Hədiyyəni çeklə birlikdə verməməli, yarlık və birkalar əvvəlcədən çıxarılmalıdır.

Toy hədiyyələri ailə həyatı quranların və onların valideynləri ilə yaxın münasibətdən asılı olaraq, seçilir. Əgər onlar qohumdurlarsa, yaxud uzun müddət dostluq edirlərsə və verilən hədiyyə olduqca qiymətlidirsə (mebel, nahar dəsti), onda təzə evlənənlərdən nə istədiklərini əvvəlcədən öyrənmək lazımdır.

Toya gündəlik tələbat malları bağışlamaq yaxşı olar. Burada söhbət kişinin həyat yoldaşına üzük və qızılqül, qayınanasına gül, qadının isə kişiye elə bir hədiyyə bağışlamasından gedir ki, ona baxanda səadət dolu günləri xatırlaya bilsinlər.

Adətən, toya dəvət olunanlar bir-biri ilə tanış ol-

duqlarından, onların hansı hədiyyəni alacaqlarını əvvəlcədən öyrənmək mümkündür. Eyni tədbirə bir-birinə oxşar hədiyyələr alınmamalıdır.

İngilislərdə bu məsələ çox asanlıqla həll edilir. Belə ki, gənclər lazımı şeylərin siyahısını tutur, qonaqlar isə nəyi hədiyyə edəcəklərini müəyyənləşdirirlər.

Bizdə isə bunun əksinədir. Hərə öz zövqünə görə hədiyyə alır. Buraya yataq dəsti, qab-qacaq, xalça daxildir. Hədiyyə kimi pul verilsə, daha yaxşı olar.

Kəsici alətlər, cib dəsmalı və odla əlaqədar olan (şamdan, alışqan və s.) əşyaları hədiyyə vermək olmaz. Bağışlayacağınız hədiyyənin mənasını bilmək lazımdır. Cib dəsmalı - göz yaşı, şamdan və alışqan - od, kəsici alətlər zədə mənasını verir. Belə hədiyyələri alarkən, bunun əvəzində rəmzi olaraq, kiçik miqdarda pul verilməlidir. Bundan belə başa düşmək olar ki, bu hədiyyələri onlar özləri alıblar.

Bağışlanmış hədiyyəni ora-bura atmaq, harada gəldi gizlətmək olmaz. Hədiyyələr üçün ayrıca yer ayrılmalıdır. Bu həm hədiyyə bağışlayana, həm də səbəbkara xoş gələr.

Hədiyyə bağışlayıb, əli sıxanda sevincinizi bir neçə sözlə ifadə etməli, səbəbkarı təbrik edib, arzularınızı bildirməlisiniz.

Qarşı tərəf də verilən hədiyyə üçün təşəkkür etməyi yaddan çıxarmamalıdır.

Yeni il hədiyyəsi

Yeni il hədiyyəsi heç də toya bağışlanan hədiyyə deyil. Çünki yeni ildə bir neçə şəxsi təbrik etməli olursunuz. Bu isə baha başa gəlir. Belə hədiyyələr qiymətinə görə deyil, qəribəliyinə görə seçilməlidir. Buraya yeni ilin rəmzi mənasını göstərən təqvimlər, kitablar, albomlar, kosmetika, şirniyyat məmulatları daxildir.

Sizə hədiyyə olaraq tort gətirilibsə, onu ümumi masanın üstünə qoymalısınız.

Yubileylərə və beynəlxalq qadınlar günü 8 Mart bayramına hədiyyə bağışlamağın xüsusi qaydası

yoxdur. Ancaq belə hədiyyələr uzun müddət yadda qalmalıdır.

Hədiyyəni göndərən əgər özünün adını gizlədirsə, onda belə hədiyyəni qəbul etmək düzgün deyil. Burada xəcalət çəkilsə bir iş yoxdursa, nə üçün özünü gizlətməməlisən?

Kiçik uşaqların bayram üçün hazırladıqları hədiyyəni valideynlərinə bağışlaması, şər deməsi onları çox sevindirir. Belə hədiyyələrin seçilib, hazırlanmasında gənclər kiçiklərə kömək etməlidirlər.

Ailə üzvlərinin bir-birinə hədiyyə verməsində xüsusi qayda yoxdur. Bu onların zövqündən, hədiyyələrin seçilməsindən və ailəyə münasibətdən asılıdır. Yaxşı olar ki, ailədə xoşa gələnə faydalılıq birləşdirilsin. Ancaq qəribəlik qiymətdən üstün olmalıdır.

Dostların və tanışların bayramına, şənliklərinə tamamilə başqa münasibət olmalıdır. Ailəvi yaxınlarınız və dostlarınız varsa, onda şəxsən səhər vizitlə gedib, səbəbkarı təbrik etməlisiniz. Sadəcə tanışsınızsə, onda vizit vərəqini göndərməlisiniz.

Hədiyyəni səhər göndərüb, təbrik edirsinizsə, ehtiyatlı və diqqətli olun. Çünki ürəkdən verilən hədiyyə bəzən əks-təsir göstərir.

Valideynlər uşaqları kiçik yaşlarından hədiyyə almağa (xoşuna gəlib-gəlməməsindən asılı olmayaraq) və təbəssümlə təşəkkür etməyə öyrətməlidirlər. Qonaqlar gedəndən sonra uşaqların hədiyyədən narazılıq etməsinə imkan verməyin. Onlar hədiyyəni deyil, diqqəti qiymətləndirməlidirlər. Valideynlər hər bir halda uşaqlara nümunə olmalıdırlar.

Xidməti hədiyyələr

Yeni il bayramı, doğum günü, yubileylər, peşə bayramları həm də xidməti işlə bağlı olduğundan, belə əlamətdar günləri işdə də qeyd etmək olar.

Ən universal hədiyyə, sözsüz ki, güldür.

Hədiyyə çox bahalı olmamalı, yaltaqlıq təsiri bağışlamamalı və rüşvət kimi verilməməlidir.

Bəzi hədiyyələrin siyahısı: şəkil (mənzərə), kitab, keramikadan hazırlanmış qablar, büllur vaza, gümüş əşyalar, qalstuk, avtoqələm, çaxır, şirniyyat, val, ətriyyat, kosmetika dəsti, alışqan, təqvim, portmanat və s.

Xidməti işdə pul iki mənada başa düşüldüyündən bunu müzakirə etməyə dəyməz.

Rəis təbəçiliyində olanlara hədiyyə bağışlayırsa, bu həmin şəxsə hörmət və diqqətdən irəli gəlir.

Rəis doğum gününü işçilərinə bildirmək istəmirsə, səhər işə ondan əvvəl gəlib, sürpriz etmək lazımdır. Açıq məktubdan o, dərhal hədiyyənin kim tərəfindən gətirildiyini biləcəkdir. İşçilər rəisə elə bir ümumi hədiyyə bağışlamalıdırlar ki, o, hər dəfə hədiyyəyə baxanda kollektivi və ad gününü xatırlasın.

Rəisin, eləcə də, işçilərin bir-birinə köynək, əlcək, şərf, ayaqqabı və s. bağışlaması məsləhət deyil. Belə hədiyyələri yalnız ailə üzvləri və yaxın dostlar bir-birinə verə bilərlər. Qiymətli hədiyyədən imtina etmək olar.

KOSMETİKA

Ənlik-kirşandan üzə, bədənə təravət və gözəllik vermək üçün istifadə olunur. Kosmetika təmtəraq deyil. O öz ləyaqətini göstərmək vasitəsi və sadəcə olaraq, xarici görünüşə qayğı deməkdir. Bu xüsusilə, qadınları çox maraqlandırır.

Kosmetik vasitələr hələ qədim Misir və Romadan məlum olub. Müasir dövr isə onları kütləviləşdirib və hamı üçün mümkün edib.

İnsanın yaşını sifətində müəyyənləşdirmək mümkündür. Bəzən sifətdəki çatışmazlığı pudra, dodaq, kiprik və qaş boyası ilə ört-basdır etməyə çalışırlar.

Sağlam həyat ən yaxşı vasitədir. Əgər papiros çəkirsinizsə, spirtli içkilərdən istifadə edirsinizsə və istirahət üçün az vaxt sərf edirsinizsə, Sizə heç bir kosmetika kömək edə bilməyəcək.

Kosmetikadan necə gəldi istifadə etmək düzgün deyil. Ondan lazımi qədər və yerində istifadə edilməlidir.

Gündüz çəkilən ənlik-kirşan bir o qədər nəzərə çarpmamalıdır. Üzdəki ənlik-kirşan cüzi hiss edilməlidir. Axşam ziyafətinə isə nisbətən parlaq ənlik-kirşanda gedə bilərsiniz.

İncə qəlblisinizsə, hər kiçik hadisədən təsirlənirsinizsə və tez kövrəliirsinizsə, onda qara tuşdan istifadə etməyin. Çünki qara tuş sifətinizi korlaya bilər.

Dodaq boyası parlaqlığına görə deyil, yaşa, sifətin quruluşuna, saçın rənginə və geyimə görə seçilməlidir. Yadda saxlayın ki, dodaq boyası sifəti təravətləndirir. Bu yaşlı qadınlara daha vacibdir. Süni işıqda nisbətən parlaq dodaq boyasından istifadə edin. Əgər qarabuğdayısınızsa, onda parlaq dodaq boyası seçin, ağbənizsinizsə, əksinə.

Dodağınızın quruluşu xoşunuza gəlmirsə, onu do-

dağ boyası ilə düzəltməyə cəhd etməyin. Bunu kiçik bir ustalıqla da edə bilərsiniz. Dodağınızın kənarlarını boyamayın. Üst dodaq alt dodağa nisbətən tünd boyanmalıdır.

Gənc qızlara dodaq boyası qətiyyən məsləhət görülmür.

Pudradan istifadə edirsinizsə, dərinizin quru olmaması və gələcəkdə Sizə əziyyət verməməsi üçün üzünüzü losyonla silin. Pudra sifətinizin rəngindən azacıq tünd olmalıdır.

Qaşları, göz qapağını və kiprikləri boyayarkən, onu sifətinizin rənginə uyğunlaşdırın.

Saçınız şabalıdı rəngdədirsə, qaşlarınızı boz və ya qəhvəyi, dodaqlarınızı isə tünd qırmızı boya ilə rəngləyin.

Sarışın qıza açıq qırmızı rəngdə dodaq boyası, boz və ya qəhvəyi rəngdə qaşlar yaraşır. Narıncı rəngdə olan dodaq boyasından da istifadə etmək mümkündür.

Saçları qara rəngdə olan qadınlar qamma rəngini saxlamalıdır. Dodaqlar açıq qırmızı, qaşlar isə qara boyanmalıdır.

Boyadan çox istifadə edilməməlidir. Boya qalın çəkməlidir. Çünki o sifəti tez qırıdır və onu sıradan çıxarır.

Qadınlar və kişilər dərilərinə daim qulluq etməli, mikroba və toza qarşı mübarizə aparmalıdır. Dəri hər gün tualet suyu və losyonla təmizlənməlidir.

Dərinin quru və ya yağlı olmasını nəzərə alaraq, gecə və gündüz kremindən istifadə etmək mümkündür.

Üzünüzü masaj etməyi yaddan çıxarmayın. Ancaq bu usta ilə məsləhətləşəndən sonra edilməlidir.

Jurnallarda maskaların reseptini asanlıqla tapa bilərsiniz. Bu reseptlər sifəti tərəvətləndirir, qırıqları hamarlayır və dərinə təmizləyir.

Adətən, əksər qadınlar ətirə üstünlük verirlər.

Ətir qoxusu parol ola bilər. Bu da diqqətə səbəb olar. Ətirdən kor-korana istifadə etmək lazım deyil.

Qızlar kəskin iyli ətirdən çəkinməlidirlər. Belə ətirilər daha çox ciddi qadınlara yaraşır.

Ətirilər nə qədər yaxşı və bahalı olsa belə, ondan qədərincə istifadə edilməlidir.

Kişilər üzlərini tərəş edəndən sonra onlara krem, losyon, tualet suyu və odekolon təklif etmək olar. Kişilər duxidən istifadə etməməlidirlər. Çünki qonun qoxusu uzun müddət hiss olunur. Bu da işgüzar münasibətlərə mane olur.

Gigiyena haqqında bir neçə kəlmə:

Əgər tez-tez yuyunmursunuzsa, çimmirsinizsə, əllərinizi, dişlərinizi təmizləmirsinizsə, onda Sizə heç bir kosmetika kömək edə bilməz.

Təmizlik nəinki sağlamlıq, həm də gözəllik deməkdir.

Dişlər gündə iki dəfə – səhər və axşam təmizlənməlidir.

Kim öz səhhətinin qayğısına qalırsa və ətrafdakılara hörmətlə yanaşırsa, üzünü səhər və axşam tərəş etməli, dişlərini təmizləməlidir.

Saçlar yuyulmalı və yaxşı daranmalıdır. Saçlarınızı rəngləyirsinizsə, ona krem çəkməyi yaddan çıxarmayın. Ayda və ya üç həftədə bir dəfə saçlarınızın düzümünə bələd olan bərbərə müraciət edin.

Əllərin gözəlliyi onların səliqəsində və təmizliyindədir. Əlləri tez-tez yumalı, dırnaqların arasını şotka ilə təmizləməli, dırnaqlara çəkilən lakın səliqəsinə fikir verilməlidir.

Su, sabun, diş fırçası təmizlik məqsədilə həmişə gərəkli. İllər ötdükcə buraya başqa şeylər də əlavə olunur. Cəlbədicə olmaq arzusundasınızsa, bədənə təmizliyinə, ətirin seçilməsinə və onlardan istifadə qaydalarına fikir verməlisiniz.

QIYMƏTLİ ZİNƏT ƏŞYALARI

Zövqlə geyinmək heç də israfçılıq deyil. Yadda saxlayın ki, israfçılıq yaxşı əlamət hesab olunmur. Tulalet (paltar) ən əvvəl zəriflik, gözəllik, məharət və bacarıq tələb edir.

Bəzi imkanlı şəxslər var-dövlətlərini nümayiş etdirmək məqsədi ilə biləklərinə, qulaqlarına və barmaqlarına həddən artıq qızıl, brilyant və digər zinət əşyaları taxırlar. Bu isə həmin şəxslərin səviyyəsizliyinə dəlalət edir.

Kostyuma uyğun qiymətli zinət əşyaları seçərkən, əsas iki cəhət nəzərə alınmalıdır: birincisi, həmin əşyalar yerinə düşürmü, ikincisi, yaşa uyğundurmu?

Sırğa, bəzək sancağı (broşka), medalyon, boyunbağı, qolbağı, zaponka, sancaq, üzük (qashlı üzük) bütün kostyumlara yaraşa bilər (idman kostyumundan başqa).

Keçmişdə belə bir adət vardı. Gənc qızlara brilyant qashlı zinət əşyası taxmaq məsləhət görülmürdü. Belə zinət əşyaları yalnız ailə həyatı qurulandan sonra taxılırdı. Gənclər əsasən mirvari, firuzə, qızıl, gümüş, dağ bülluru, malaxit (mineral), ametist (şəffaf göy və ya bənövşəyi rəngli qiymətli daş) taxa bilərdilər. Qiymətli daşlardan - zümrüddən, brilyantdan, kəhrəbadan, yaqutdan ən çox ərli qadınlar istifadə edirdilər.

Zinət əşyalarının çoxluğu xüsusilə tualetə uyğun gəlməyəndə çəşbaş qalırısan.

Brilyant, qızıl, ağ mirvari hər rəng kostyuma və paltara uyğun gəlir.

Mərcan isə qara, ağ, boz rənglə yaxşı uyğunlaşır.

Firuzə mavi paltara yaraşır. Bu daşla qətiyyəyən yaşıl paltar geyinilməməlidir.

Gündüz geyindiyiniz qızıl zinət əşyası çox vaxt axşam tualetinə uyğun gəlmir.

Üzük yalnız dördüncü və beşinci barmağa taxılmalıdır.

Qadınları bəzək əşyaları yox, onlardan düzgün istifadə gözəlləşdirir. Bəzən qara məxmərdən hazırlanmış qolbağı qızıl bilərzikdən gözəl görünür.

Yalnız matəm günlərində əqiq (aqat) taxmaq olar.

Min illər boyu insanları müşayiət edən bəzək əşyaları - həmil, dua, göz muncuğu tilsim daşları hesab olunub. Müasir zamanəmizdə isə nədənsə, bu daşlar tamamilə yaddan çıxıb. Ulu babalarımız qiymətli daşlara həssaslıqla yanaşıblar. Bu daşlar insanlara bəzən xeyir və şər gətirib. Təəssüf ki, bu gün bəziləri təbiətin daşları haqqında yaratdığı əfsanələri, rəvayətləri illər ötdükcə yaddan çıxarıblar.

İnsanlar, xüsusilə qadınlar, indi də zinət əşyalarını çox sevirlər. Kişi köynəyinin qollarına, yaxalığına taxılan taxma düymə və qalstukdakı sancaq da parıldayır. Çoxları bu daşın onlara məxsus olduğuna əhəmiyyət vermir. İlk növbədə bu daşların insanlara gətirəcəyi xoşbəxtlik barədə düşünmək gərəkdir.

Bəs bu daşlardan düzgün istifadə olunurmu? Doğum tarixilə bunları dəqiqləşdirmək mümkündür.

Daşların bürclərə görə bölünməsinə aydınlıq gətirək:

Sutökən - (21 yanvar-20 fevral)

təsiri: Saturn.

Rəmzi: sutökən, gümüş əllər, quşların və təyyarələrin uçması, qanadlar, dolambac, gənclik, mütəfəkkirlik.

Rəngləri: boz, bənövşəyi, göy, yaşıl (qara uğursuzdur).

Daşları: süleyman daşı, sirkon, açıq yaqut, opal, lazurit, ametist.

Gülləri: bənövşə, mərsin, nərgizgülü.

Metalı: qalay.

Tilsimi: açar, ikona.

Uğurlu günləri: çərşənbə, şənbə.

Uğursuz günü: bazar.

Ünsürü: hava.

Sutökən ağıllılıq nişanəsidir. Son dərəcə ədalətli-
dir və maraq dairəsi genişdir. Heç kimi əsəbləşdirmir,
müxtəlif, maraqlı ideyalar irəli sürür və iti ağıla ma-
likdir.

Balıqlar - (21 fevral-20 mart)

təsiri: Venera, Yupiter.

Rəmzi: iki müxtəlif istiqamətdə üzən balıqlar, balıq-
qulağı, dalğa.

Rəngləri: al qırmızı, bənövşəyi, göy, polad rəngi, də-
nizotu, dəniz dalğası.

Daşları: mirvari, ametist, zümrüd, yaqut, aydaşı.

Gülləri: nərgizgülü, jasmin, bənövşə, unutmə məni.

Metali: sink.

Tilsimi: düyün, nərgizgülü.

Uğurlu günləri: bazar ertəsi, cümə axşamı, cümə.

Uğursuz günü: çərşənbə.

Ünsürü: su.

Balıqlar ikitərəfli xüsusiyyətə malikdirlər. Bir tə-
rəfdən hörmətçil, işgüzar və metodikdirlər. O biri tə-
rəfdən isə xəyallarla yaşayırlar, çox tez təsirlənirlər və
idealistdirlər. Təklifə üstünlük verirlər, yeniliyi və
dəyişikliyi sevmirlər.

Qoç - (21 mart-20 aprel)

təsiri: - Mars, Günəş

Rəmzi: qoyun, maral, qırmızı, sarı və yaşıl kvadratlar.

Rəngləri: açıq qırmızı, al qırmızı, narıncı, mavi, yasə-
mən, tünd qırmızı və bütün parıldayanlar (bənövşəyi rəng
uğursuzdur).

Daşları: almaz, göy yaqut, ametist, aydaşı, zümrüd,
akvamarin.

Gülləri: yemişan, anemon (qaymaqçıçəklər fəsiləsindən
bəzək bitkisi), ətirli noxud, bənövşə, peyğəmbərçiçəyi.

Metali: dəmir, polad.

Tilsimi: iri çəkil, qoyunun qızıl dərisi.

Uğurlu günləri: çərşənbə axşamı, bazar.

Uğursuz günləri: cümə, şənbə.

Ünsürü: od.

Qoç bürcü altında doğulanlar tündxasiyyət, tez
əsəbləşən, şöhrətpərəst və tərs olurlar. Heç kimin ira-
dəsinə tabe olmur və maraq dairələrinin həddi-hüdu-
du yoxdur. Möhkəm iradə, işgüzarlıq və ağıl onları hər
hansı maneədən çəkinmədən irəliyə doğru aparır.

Buğa - (21 aprel-20 may)

təsiri: Venera, Ay.

Rəmzi: qanadlı öküz və inək.

Rəngləri: sarı, açıq mavi, tünd narıncı, lumu rəngi,
lumuya çalar yaşıl, çəhrayı və bütün yaz rənglilər (qırmızı
rəng uğursuzdur).

Daşları: firuzə, yaqut, əqiq, opal, zümrüd, esmerald,
yaşıl marmar, nefrit (ağ süd rəngli yaşıl çalar mineral), ka-
risol.

Gülləri: inciçiçəyi, yasəmən.

Metali: mis.

Tilsimi: bayquş, qızıl pul.

Uğurlu günləri: bazar ertəsi, şənbə.

Uğursuz günü: çərşənbə axşamı.

Ünsürü: torpaq.

Buğa olduqca inadkar və işgüzarıdır. Hər şeyə ma-
raq göstərir və ədalətli. Möhkəm iradəli, istiqanlı,
qısqanc və mühafizəkardır (köhnəlik tərəfdarı).

Əkizlər - (21 may-20 iyun)

təsiri: Merkuri.

Rəmzi: əkizlər, maska, qol, ulduz.

Rəngləri: bənövşəyi, boz, açıq sarı, açıq mavi, narıncı
(yaşıl rəng uğursuzdur).

Daşları: xrizopraz, beril (sarıya çalar və ya yaşıl rəng-

li şəffaf qiymətli daş), süleyman daşı, dağ kristalı, əqiq, yəşəm.

Gülləri: qızçıçəyi, lalə, qaymaqçıçəyi, jasmin, nərgiz-gülü.

Metalı: qızıl, amalqama, gümüş.

Tilsimi: ilan, maska.

Uğurlu günləri: çərşənbə, bazar.

Uğursuz günü: cümə axşamı.

Ünsürü: hava.

Əkizlər dəyişkən və olduqca gözəldirlər. Asanlıqla qələbə çalır, ailədə çətinlikləri olur və təkliyi sevmirlər.

Xərçəng - (22 iyun-22 iyul)

təsiri: Ay.

Rəmzi: xərçəng, qısaquyruq (xərçəng), ürək.

Rəngləri: ağ, açıq mavi, göy, gümüşü, yaşıl noxudu (boz rəng uğursuzdur).

Daşları: aydaşı, zümrüd, yaqut.

Gülləri: doqquzdən (kol), su bənövşəsi, bütün ağ güllər, jasmin.

Metalı: gümüş.

Tilsimi: yonca, ürək.

Uğurlu günləri: bazar ertəsi, cümə axşamı.

Uğursuz günləri: çərşənbə axşamı, şənbə.

Ünsürü: su.

Xərçəng sevgiyə, ailə həyatına sədaqətli, güclü hissə malikdir, tez təsirlənir və hər şeydən sınıdır. Hədiyyə verməyi almaqdan üstün tutur. İşdə namuslu və etibarlıdır. Mistisizmə qədər yaxınlaşan kəskin intuisiyaya malikdir, ancaq digərlərindən fərqlənməmək üçün bu xüsusiyyətini gizlədir.

Şir - (23 iyul-23 avqust)

təsiri: Günəş

Rəmzi: şir, qu quşu.

Rəngləri: qırmızı, qızıl, narıncı, qara (ağ rəng uğursuzdur).

Daşları: kəhrəbə, xrezolit, yaqut, topaz, oniks, almaz, esmirald.

Metalı: qızıl.

Gülləri: pionı, gülünbahar, qarğasoğanı, payızgülü.

Tilsimi: xanımböcəyi, şir, qartal.

Uğurlu günü: bazar.

Uğursuz günü: şənbə.

Ünsürü: od.

Şir yalnız idarə etmək üçün yaranmayıb, eləcə də sevgi ilə məşğul olur. Ona tabe olmasanız özünü bədbəxt hiss edir. Xoşxasiyyət, rəhmli, alicənab, mərd və səmimidir. Dünya şir üçün böyük səhnədir. O tez-tez dramatik istedadla meyilli olur.

Qız - (24 avqust-23 sentyabr)

təsiri: Merkuri.

Rəmzi: qız, çən, kub.

Rəngləri: ağ, mavi, bənövşəyi, yaşıl.

Daşları: nefrit, əqiq, sarı yaqut (pişikgözü), yəşəm, malaxit (mineral), topaz, xrizoprax, mərmər.

Metalı: qalay, mis.

Gülləri: astra, dəvədabanı, qırmızı lalə.

Tilsimi: şala circırax, astra.

Uğurlu günü: çərşənbə.

Uğursuz günləri: cümə axşamı, cümə.

Ünsürü: yer.

Qız bürcü altında doğulanlar mədəni və diqqətli olurlar. Məntiqi təsəvvür etmək qabiliyyətinə, ağıllı, analitik xüsusiyyətə malikdirlər. Erudisiyanı çox sevir və qiymətləndirirlər. Maraqları müxtəlifdir, daim inkişafa can atırlar.

Tərəzi - (24 sentyabr-23 oktyabr)

təsiri: Venera, Saturn.

Rəmzi: tərəzi, kitab.

Rəngləri: tünd mavi, yaşıl, dəniz dalğası və əlvan rənglər.

Daşları: opal, lazurit, mərcan, almaz, göy yaqut, mirvari, beril, ay daşı, yaşıl yaşma, xrizolit, büllur.

Metali: tunc.

Gülləri: qızılgül, bənövşə.

Tilsimi: ürək, kitab.

Uğurlu günləri: çərşənbə, şənbə.

Uğursuz günləri: çərşənbə axşamı, bazar.

Ünsürü: hava.

Bu nişanə altında doğulanların həyatını gözəllik, ahəngdarlıq və ədalət idarə edir. Onlar həmişə insanlar içərisində olurlar. Düşmənləri çox az olur, ətrafdakılara təsir göstərir, məsuliyyətli və işgüzdürlər.

Əqrəb - (24 oktyabr-22 noyabr)

təsiri: Pluton.

Rəmzi: əqrəb, ilangəzdiren, qartal, ölüm nişanəsi, çıraq, piramida.

Rəngləri: sarı, tünd qırmızı, al qırmızı, moruq rəngi.

Daşları: akvamarin, karbunkul, mərcan, beril (sarıya çalar və ya yaşıl rəngli şəffaf qiymətli daş), yaqut, ağ büllur, topaz, malaxit (mineral).

Metali: dəmir, polad.

Gülləri: qərənfil, pion (iri qırmızı ya ağ çiçəkli bəzək bitkisi), payızgülü.

Tilsimi: böcək, əqrəb, ölüm nişanəsi.

Uğurlu günü: çərşənbə axşamı.

Uğursuz günləri: bazar ertəsi, cümə.

Ünsürü: su.

Əqrəb ziddiyyət və ifratçılıq xüsusiyyətinə malikdir. İnsafsız və ehtiraslıdırlar. Əqrəbə nifrət etmək və

onu sevmək olar. Əqrəbə maneələr yoxdur. O, analitik olmaqla bərabər, incə intuisiyaya (duyguya) malikdir, çalışqandır və həmişə müvəffəqiyyətə can atır.

Oxatan - (23 noyabr-21 dekabr)

təsiri: Yupiter.

Rəmzi: kentavr-atıcı, ulduzlar, əsa, yuxarı qaldırılmış şəhadət barmağı.

Rəngləri: göy, mavi, bənövşəyi, tünd qırmızı.

Daşları: topaz, ametist, xrizolit, firuzə, opal, karbunkul, yaqut, zümrüd, əqiq.

Metali: sink, tənəkə.

Gülləri: qərənfil, nərgizgülü, peyğənbərçiçəyi, palma.

Tilsimi: nal, salamandra.

Uğurlu günü: cümə axşamı.

Uğursuz günü: çərşənbə.

Ünsürü: od.

Bu işarə altında doğulanlar düz, səmimi və füsunkardırlar. Qoyulmuş məhdudiyyətə və asılılığa nifrət edirlər. Səyahətə çıxmağı, oxumağı sevirlər, ciddi və fəaldırlar, işdə yüksək nəticələr əldə edirlər.

Oğlaq - (22 dekabr-20 yanvar)

təsiri: Saturn, Mars.

Rəmzi: keçi, nərdivan, qüllə saatı.

Rəngləri: tünd yaşıl, qara, kül rəngi boz, göy, solğun sarı, tünd qəhvəyi və bütün tünd rənglər.

Daşları: yaqut, oniks, süleyman daşı, aydaşı, lazuit.

Metali: qurğuşun.

Gülləri: ağ qərənfil, qara lələ, sarmaşiq.

Tilsimi: qara pişik, şeytan.

Uğurlu günləri: çərşənbə axşamı, şənbə.

Uğursuz günləri: bazar ertəsi, cümə axşamı.

Ünsürü: yer.

Oğlaq işgüzar, son dərəcə dəqiq və mənliyini qo-

ruyandır. İstiqlal olmadığından onu təqsirləndirirlər. Olduqca dərinlən düşünür, ancaq hisslərini çətinliklə başa salır. Oğlaq təmiz, sadə, sədaqətli və etibarlıdır.

Elə daşlar var ki, parlaq olsalar da, onları gəzdirməyə dəyməz. Elə daşlar var ki, birinə kömək edir, digərinə isə zərər gətirir.

İndi öz daşınızı seçə bilərsiniz. Nəzərə alın ki, daşların zodiaka (planetlərin göydə hərəkət etdiyi dairə), bürclərə görə bölünməsi yalnız birinci istiqaməti verir, o qəti və məcburi deyil. Bunu sınaya bilərsiniz.

Daşların xüsusiyyəti:

Daşlar xüsusiyyətinə görə qiymətli, yarım qiymətli və əlvan daşlara bölünür.

Birinci qrupa almaz, zümrüd, yaqut, aleksandrit, topaz, opal, giasint, akvamarin, beril, sirkon, qırmızı turmalin, qanlı ametist və yəşəm aiddir.

İkinci qrupa dağ bülluru, xalsedon, firuzə, süleyman daşı, rəngbərəng turmalinlər, topaz və diopiaz aiddir.

Üçüncü qrupa isə kəhrəba, sədəf, yəşəm, nefrit, malaxit, qara kəhrəba, mərcan, avantyurin, lazurit, labrador (aydaşı), amozanit və pişikgözü aiddir.

Bəzi daşların xüsusiyyətlərini nəzərdən keçirək.

Avantürin

Bir çox qadınlara ən yaxın və sevimli daş hesab edilən avantürin qılgıncımlı və parlaqdır. Avantürin ağ, sarı, qırmızı və digər rənglərdə olur. Ən çox kərpic rəngli avantürin yayılmışdır. Oğlağa, qıza, buğaya məhəbbət hissləri aşılayır və onlara yüksək əhval-ruhiyyədə olmaqda kömək edir. Ağılı aydınlaşdırır və həyəcan hissini qoruyur.

Əqiq

Ta qədimdən bu daşdan pis gözdən qorumaq üçün istifadə edilir. Əqiq ən çox boz, mavi rənglərdə və qat-

qat olur. Əsrlər boyu bu daşdan zəhər əleyhinə və sağlamlığın qorunması üçün istifadə olunub. Əqiq danışıq qabiliyyətinin və istedadın rəmzi kimi qəbul olunub.

Bu daş özlərinə inamı olmayan şəxslərə məsləhət görülmüşdür. Əqiq insanları təhlükədən qoruyur.

Akvamarin

Latın dilindən tərcüməsi “dəniz suyu”dur. Rənginə görə belə adlandırılıb. Akvamarin mavi və yaşıl rəngin qarışığından ibarətdir.

Dostluğun və ağılın qoruyucusu kimi qəbul olunmuşdur. Akvamarinin bir çox xüsusiyyətləri var. Bu daşlar yalanı sevmir, insanı təbəllikdən və diş ağrısından xilas edir.

Mədə və qara ciyər ağrılarına kömək edir. Bəzən ər-arvad arasındakı münasibətlərə mane ola bilər.

Aleksandrit

Sülh tərəfdarlarının daşıdır. Aleksandrit damarları möhkəmləndirir, insanı inadkarlıqdan, bəd xasiyyətlərdən xilas edir.

Bu daş insanlara 1834-cü ildən məlumdur. Bir çox xalqlar bu daşa firəvan yaşamağın rəmzi kimi baxırlar.

Almaz (brilyant)

Olduqca yüksək keyfiyyətli və az tapılan qiymətli daşdır. Belə hesab edilir ki, almazı insanlar özləri üçün ala bilməzlər, onu yalnız hədiyyə etmək olar. Bu vaxt o öz gücünü saxlayır, insanları dava-dalaşdan və ruhi xəstəliklərdən xilas edir, onları möhkəmləndirir. İnsanlara çox çətinliklə öyrəşir. Bunun üçün yeddi il lazımdır.

Almazı oğurlayana tezliklə ölüm qorxusu yaranır. Bağışlanmış daş insanları xəstəliklərdən - apoplek-siyadan (beyinə qan vurması nəticəsində iflic) və s. qara qüvvələrdən qorumaq gücündədir. Əgər yaxınlıqda zəhər olarsa, almaz tərləyir. Yuxuda almaz daşını görmək xoşbəxtlik əlamətidir. Almazı itirmək həyatda itki deməkdir.

Ametist

Bu daş insanları bir çox bədbəxtliklərdən - oğurluqdan, düşmən xəyanətindən, içkiyə aludəçilikdən qoruyur. Ametist sonsuzlara kömək edir.

Açıq bənövşəyi rəngdən tünd bənövşəyi rəngə çalır. Yunan dilindən tərcüməsi "sərxoşluqdan azaddır" deməkdir.

Bəzi dərsliklərdə göstərilir ki, bu daş insanları pis fikirdən daşındırır. İnsanlardakı ehtirash sevgini müalicə edir və onları yoluxucu xəstəliklərdən qoruyur. Bəzi ölkələrdə bu daşın qüsurlu danışığa müsbət təsiri olduğuna inanırlar.

Firuzə

Bu daş mavi və yaşıl rəngdə olur. Ta qədimdən sağlamlığı müşayiət edir, insanlara xoşbəxtlik və dövlət gətirir, uzun ömür bəxş edir və görmə qabiliyyətini gücləndirir. Canlı daş hesab olunur. Bu daşın sahibi xəstədirsə, onda daş tez köhnəlib, məhv olur və mavi rəngdən yaşıl rəngə çevrilir. Firuzə sahibini qətlərdən qoruyur.

Giasint

Çəhraydan qonur rəngə qədər növləri var. Nadir şəffaf daşdır. İnsanları ruh düşgünlüyündən, gözəndən qoruyur, ürək ağrısını azaldır. Əhatədə olanların rəğbətini təmin edir. Ən çox sutökənə kömək edir. Bu daş pis əhval-ruhiyyədən azad olmaq istəyənlərin hər birinə məsləhət görülür. Əgər giasint parlaqlığını itirirsə, bu havanın pis olacağına işarədir. Çox vaxt bu daş övlad istəməyən qadınlar gəzdirirlər. Həmçinin, bu daş zəhər əleyhinə tilsim hesab olunur.

Süleyman daşı

Süleyman daşı qırmızıdan tünd bənövşəyi rəngə qədər olur. Bu daş insanları qəzəb alovundan, hətta yarıdan qorumaq qabiliyyətinə malikdir. Şadlığa imkan yaradır.

Əfsanə, rəvayət və xürafat qırmızı süleyman daşı ilə bağlıdır. Bu daş insanları cadugərlikdən qoruyur.

Mirvari

Ağ, çəhrayı, boz, mavi, qara rənglərdə olur. Hansı rəngdə olursa-olsun sədəf kimi parlaqdır. Mirvarinin tarixi qədim zamanlara gedib çıxır. İnsanları cindən, şeytandan xilas edir, uzun ömürlüyə köməkçidir. Qadınların gözəl qalmasına kömək edir. Qədim təbabətdə ruhi xəstəlikləri mirvari ilə müalicə etmişlər.

Bədənə yapışmağı sevir, ancaq tərə dözümlü yoxdur.

Mirvarinin tez sıradan çıxmaması üçün onu ayda bir neçə dəfə suya salmaq lazımdır.

Keçmişdə bu daşı çox sevmişlər. Hətta imkanlı şəxslər mirvaridən kolleksiya toplamışlar. Qızlar belə hesab edirlər ki, mirvarini cüt gəzdirmək lazımdır. Əks halda göz yaşı gözlənilir. Yuxuda mirvari görmək firəvan həyat deməkdir.

Zümrüd

Bu daş almazdan da qiymətli daşdır. Yaşıl rəngdədir. Yunanlar onu "smaraqd" adlandırmışlar.

Zümrüd gözlərə nur verir, görməni yaxşılaşdırır, insanı ilandan qoruyur, irəlini görmə qabiliyyətini yüksəldir, ömrü uzadır və xoşbəxtlikdən xəbər verir. Yuxu gətirir, insanları əxlaqsızlıqdan və yoluxucu xəstəliklərdən qoruyur.

Bu daşın sahibi yalan danışarsa və əxlaqsızdırsa, daş məhv olur.

Yuxuda zümrüd görmək tezliklə oğurluq olacağına işarədir.

Labrador (aydaşı)

Sevgililərin tilsimi kimi qəbul olunmuşdur. Eyni zamanda insanı əsəbi vəziyyətdən, qəzəbdən xilas edir, onları sakitləşdirir. Bu daşın Ay və işıq ilə əlaqəsi olduğundan ilk növbədə soyuq adamlara məsləhət görülür və onlarda nəcib hisslər oyadır.

Tərs və şıltaq adamlar bu daşı gəzdirməsələr daha yaxşı olar. Bu daşı yuxuda görmək xoşbəxtlik və məhəbbət deməkdir.

Lazurit

Səma rəngində olduğundan lazurit adını almışdır. Açıq və səmimi münasibət yaratmağa kömək edir.

Eyni zamanda bir çox xəstəlikləri - yuxusuzluğu, əsəb sistemini və astmanı müalicə edir.

Qədimdə bu daşı dostlara və sevgililərə hədiyyə ediblər. Lazuriti qara saçlılar gəzdirsələr yaxşı olar.

Malaxit

Kövrək daşdır. Bu daşı uşaqların gəzdirməsi məsləhətdir. Ərə getməmiş qızların bu daşı gəzdirməsi isə düzgün deyil. Malaxit insanları qorxudan, heyvanların dişləməsindən, oynaq ağrılarından qoruyur. Bu daş ətrafdakıları özünə cəlb etmək istəyənlərə, ictimai işlərlə və yaradıcılıqla məşğul olanlara da məsləhət görülür.

Opal

Ağ rəngdən qaraya, yaşıl rəngdən qırmızı rəngə qədər ola bilər.

Qiymətli daş hesab olunur.

Opalın ürək xəstəliklərinə xeyri olduğuna inananlar çoxdur. Onun xüsusiyyətlərindən biri də görmə qabiliyyətini yaxşılaşdırması və insanı pis fikirlərdən yayındırmasıdır. Bununla bərabər, opal dava-dalaşa və ağılın itməsinə səbəb olur. Bu daşı özünə inanmayanlar gəzdirməməlidirlər. Bu daş yalan danışanlara məxsus deyil. Belə insanlar bu daşdan özlərini qorumağıdirlər.

Opal hədiyyə üçün nəzərdə tutulmayıb. Əgər sevgilinizlə münasibətlərinizi korlamaq istəmirsinizsə, ona opal hədiyyə etməyin.

Yaqut

Bu bahalı qırmızı daş qədimdən məlumdur və deyilənlərə görə, sahibini təhlükədən qoruyur. Onun qüvvəsindən baş və ürək ağrıları, insult (iflic), taun xəstəlikləri yox olur.

Yaqut daşı rəngini dəyişirsə, bu təhlükədən xəbər verir. Qadın yaqut qaşlı üzüyü sol əlində gəzdirsə, bu ailəyə xoşbəxtlik gətirir.

Yuxuda yaqut görübsünüzsə, ehtiyatlı olun. Belə halda yaxınlarınızdan kimsə Sizin istəyinizin əleyhinə çıxa bilər.

Göy yaqut (səfir)

Göy rəngli qiymətli yaqut daşı uzun ömürlülük deməkdir. Göy yaqut insanı xəstəliklərdən, gözdəymədən qoruyur, insanı gözəl və rəhmli edir. Yaqutun insana var-dövlət gətirdiyini də yaddan çıxarmayın. Bu daş xüsusilə coşğun, ehtiraslı insanlara xeyirlidir. Göy yaqut əsəbləri sakitləşdirir və insanda ağıllı fikirlərin yaranmasına şərait yaradır.

Oxatan və tərəzi bürcü altında doğulanlar bu daşın köməyi ilə ətrafdakı insanlardan və onların fikirlərindən çox şey öyrənə bilərlər. Əgər insan xoşxasiyyət və xeyirxahdırsa, göy yaqut ona ümid verir və sevgidə kömək edir.

Çatlamış və ləkəli göy yaqutu gəzdirmək qorxuludur.

Topaz

Topaz fikri aydınlaşdırma daşı kimi tanınıb. Bu daş dostluğu möhkəmləndirir, həyatdan ləzzət almağa kömək edir və insanı lazımsız yerə əsəbləşmədən xilas edir. Bu daş insanı yuxusuzluqdan, astma və ruhi xəstəliklərdən xilas etmək qabiliyyətinə də malikdir.

Büllur

Dağ bülluru buza oxşar kristal kvarsdır. O uzağı görməyə kömək edir, insanı diş ağrısından xilas edir və pis fikirlərdən qoruyur. Qızlar büllurla kosmik enerji yığır və bunun nəticəsində istedadlı və bəsirətli olurlar.

Yuxuda büllur görübsünüzsə və Sizə məxsusdursa, bu xoşbəxtlik əlamətidir. Əgər hələ almayıbsınızsə, zərər çəkəcəksiniz. Qırıq dağ bülluru xəstəliyə doğru getməyə işarədir.

Kəhrəba

Yarımsəffaf günəş rəngli daşdır. Kəhrəba günəş və dəniz ilə bağlıdır. Qədimdə bu daşdan istifadə et-

məklə zobu, ruhi xəstəlikləri müalicə edəblər. Kəhrəbə ürək xəstəliklərinə və qanaxmaya da kömək edir. İnsanı qıcolmadan və baş ağrılarından xilas edir. Uzun müddət günəş ilə qızdırılmış sarı qətrandan iltihab əleyhinə istifadə edilib. Bu daş insanı möhkəmləndirir, qıvrıqlıq və xoş əhval-ruhiyyə yaradır.

Kəhrəbanın insanlar üçün təhlükəli xüsusiyyətləri də vardır. Belə ki, kəhrəbə gəzdirmək təkliyə səbəb olur. Yuxuda kəhrəbə görmək göz yaşı deməkdir.

Yaşma

Müxtəlif rənglərdə olur. Ən çox bəzəkli şəkildədir. Qədimdə ürək tutmalarının və qadın xəstəliklərinin müalicəsində istifadə olunub. İnsanları vahimədən qoruyur. Onun zina və ovsunçuluq təsiri vardır. Yuxuda yaşma görmək, dostları süfrəndə görmək deməkdir.

İndi qadınlar müxtəlif zinət əşyaları gəzdirirlər. Bu zinət əşyaları həmişəmi yerinə düşür? Əlbəttə, yox. Bəzən görürsən ki, bank işçisi iş vaxtı brilyant və başqa qiymətli daşlarla bəzənir. Yaxud gənc tələbə dərsə brilyant boyunbağında gəlir. Bu düzgündürmü? Hansı zinət əşyaları gənclərə, hansıları yaşlı qadınlara aiddir. Həmçinin səhər və axşam hansı zinət əşyalarını taxmaq məsləhətdir. Əlbəttə, indi məsləhətlərə az qulaq asırlar. Lakin yuxarıda göstərilənlərlə tanış olandan sonra özünüz nəticə çıxara biləcəksiniz.

Tanadan, bəzək sancağından, broşkadan, qolbağından, taxma düymədən, boyunbağından, həmayildən istifadə edərkən, vaxt və yaş nəzərə alınmalıdır.

Gənc qızların gözəlliyi onların gəncliyindədir. Qızlar heç vaxt ərli qadınların gəzdirdiyi qiymətli zinət əşyalarını geyinməməlidirlər. Ən yaxşı zinət dəstləri - medalyon, sırğa, qolbağı, saat, üzük, həmayildir.

Əlbəttə, zinət əşyalarının hamısını birdən almaq mümkün deyil. Odur ki, zinət əşyalarını tədricən uyğunlaşdırıb, almaq məsləhətdir.

Çox vaxt gənc qızlar brilyant zinət əşyaları gəzdirirlər. Lakin qızlara sapa düzülmüş bir neçə qat mir-

vari, mərcan, firuzə, qızıl və gümüşlə bəzənmiş medalyon, qızıl saat, fil sümüyündən, dağ büllurundan yaxşı düzəldilmiş zinət əşyaları daha çox yaraşar.

20 yaşdan yuxarı qızlar nisbətən bahalı bəzəkli zinət əşyaları taxa bilirlər. Bu yaşda qızlara brilyant məsləhət görülmür. Qızlar istisna hallarda nazik brilyant və ya mirvari qashlı üzük gəzdire bilirlər. Qızlara sol əlin dördüncü barmağında üzük gəzdirmək də məsləhət deyil.

Ərli qadınlar hər növ qiymətli daşlardan düzəldilmiş zinət əşyalarından istifadə edə bilirlər.

Möhürlü üzükləri qadınların gəzdirməsi məsləhət deyil. Yaşlı qadınlar istisna hallarda möhürlü üzüyü sağ əlin çeçələ barmağına taxa bilirlər.

Rəngli daşları və qızıl əşyalarını gündüz taxmaq yaxşıdır. Brilyantdan hazırlanmış zinət əşyalarını isə axşam taxmaq məsləhətdir.

Həmayili dekolte paltarla bala geyinmək olar. Brilyant üzüklər bütün bəzəklərə yaraşır.

Bir neçə qiymətli zinət əşyaları taxanlar zövqsüz olduqlarını sübut edirlər.

Bəzəkli və qiymətli zinət əşyaları tualetin rənginə uyğunlaşmalıdır.

Mirvari, brilyant və qızıl zinət əşyaları bütün rənglərə yaraşır və onlara uyğun gəlir.

Mərcanı güllü paltarla taxmaq olmaz. Bu daş qara, ağ və boz rəngli paltarlarla gözəl görünür.

Ametisti göy, mavi, bənövşəyi rənglə, göy yaqutu isə qırmızı rənglə geyinmək məsləhət deyil.

Qiymətli zinət əşyalarınız azdırsa, onda bütün rənglərə yaraşan mirvari, brilyant və opal daşlardan istifadə edin.

Hər yaşın özünə yaraşan və uyğun zinət əşyaları vardır. Ərli qadın qıza məxsus zinət əşyalarından az istifadə etməlidir. 30 yaşdan sonra isə ümumiyyətlə, qızlara məxsus bəzək əşyalarından istifadə edilməməlidir.

Geyimdə ahəngdarlığa mütləq diqqət yetirilməlidir.

GEYİMLƏ QARŞILAYIRLAR

Geyim

İnsanın mədəniyyətini həm də gözəl geyim nəzərə çarpdırır. Geyim nə qədər məqsədəuyğun və cəlb-edici olsa, bir o qədər etiket qaydalarına cavab verir. Zövqlə seçilmiş geyim, xoşagələnin xarici görünüş insanı əzmli, inamlı və ciddi göstərir. Yaxşı geyinmək üçün heç də qarderobun paltarla dolu olması vacib deyil. Burada əsasən zövqə və dəbə üstünlük verilməlidir.

İctimai şəraitdə, müəyyən vaxtda geyimə, zinət əşyalarına və sairəyə münasibətdə bu və ya başqa zövqün üstünlüyü dəb adlanır. Bunlar görünüşə təbiilik verir. Dəbdə hədd, vaxt, zövq və yaş nəzərə alınır.

Geyimin gözəlliyi onun təyinatından asılıdır: iş və ev, bayram və şəhərkənarı gəzinti geyimləri.

Yalnız gözəgəlimli, boy-buxunlu, yaraşıqlı, incə hərəkətli və mədəni danışığı insanlara zərif geyimlər çox yaraşır.

Müasir dəb yalnız hərtərəfli deyil, o həm də çox hərəkətli və demokratikdir. Ümumiyyətlə, dəbə fərdi yanaşmaq lazımdır. Dəbdə dəqiqlik və daimi gözəllik yoxdur. Dünən münasib olan bu gün yaxşı ola bilər, sabah isə onu çoxları qəbul edər. Bəziləri dəbi çox tez götürürlər. Bu əsasən gənclərə aiddir. Çünki gənclər sabitliyin və köhnəliyin tərəfdarı deyillər, dəbdə olan geyimlərin tələbinə çox tez uyğunlaşırlar.

Müasir, universal geyimlər - jilet, sviter (toxunmuş yun köynək), köynək, yubka, tuman, şalvar və onların müxtəlif cür istifadəsi yeni geyim variantı yaratması ilə fərqlənir. Bununla bərabər, aksesuara (əlavə şeylərə) və rənglərə əhəmiyyət verilir. Gənclərin uydurmaları, xülyaları, hər şeyi istədikləri kimi istifadə etmələri, geyimi dəbə uyğunlaşdırıb, yaraşdırmaq istəyi yüksək qiymətləndirilir. İstəyimizdən asılı olma-yaraq, dəb cəmiyyətin ümumi tələbidir, marağıdır və

əksəriyyətin həvəsi, zövqü kimi meydana çıxmışdır. Dəb yaşa, zövqə və imkana görə dəyişir.

Dəb xoşa gəlməyə bilərmi? Əlbəttə, bu mümkündür. Dəbə kor-koranə aludə olunmamalıdır. Həm də dəb çox dəyişkəndir, onun tələbləri ümumi göstərişdir. Dəblə geyinmək üçün nə lazımdır? Hər bir şəxs dəbin tələbini nəzərə alıb, onu özünə uyğunlaşdırmalıdır.

Küçədə, nəqliyyatda cavanların geyimindən və xarici görünüşündən qocaların tez-tez hiddətləndiklərinin şahidi oluruq.

Yeniyyətə gənclər saçlarının düzülməsinə, geyimlərinə, bəzək əşyalarına görə valideynləri və tərbiyəçiləri tərəfindən tez-tez tənbeh olunurlar. Buradan belə bir sual meydana çıxır: Cavanları əhatə edənlərin onların geyiminə qarışmasına və müəyyən qərar qəbul etmələrinə səlahiyyətləri çatırmı? Məncə, yox. Hər bir adamın öz zövqünə u. Şün və müasir dəb ilə geyinmək hüququ var.

Xarici görünüş və geyim şəxsi iş ola bilərmi?

İki cavanın teatra cins və sviterdə gəlməsindən hiddətlənmək lazımdır? Əlbəttə, yox. Nəhayət, əgər şəxs özünü ədəbli aparırsa, xeyirxahdırsa, sadədirsə, onda nə saç düzümlü, nə geyim, nə də qrim heç bir əhəmiyyət kəsb etmir. Bunun üçün heç bir təsdiq olunmuş qayda yoxdur, hər bir adamın özünəməxsus fərdi xüsusiyyəti, zövqü, hissi və üslubu var.

Yeri gəlmişkən demək lazımdır ki, bəziləri zövqü yalnız rəng seçmək bacarığında, paltarı özünə uyğunlaşdırmaqda görürlər. Bunlar vacib şərtlər olsa da, əsil zövq yuxarıda göstərilənlərdən daha genişdir.

İlk növbədə inkişaf etmiş zövq həddi-hüdudu (bir geyimdə neçə rəng, təfəsilat, naxış olsa yaxşı görünər, onları necə uyğunlaşdırmaq lazımdır və s.) və şəraiti (bu və digər şəraitə uyğun gələ bilər) müəyyən etmək bacarığıdır. Zövqün həddi-hüdudunun əsasını özünə və əhatəkilərə hörmət təşkil edir. Məsələ ondadır ki, hədd-hüdud, hissetmə və zövq özbaşına yaranmır, o

tərbiyələndirir. Bu təkcə insanın geyimində deyil, həm də digər xüsusiyyətlərdə nəzərə alınmalıdır.

İnkişaf etmiş zövq deyəndə biz geyinmək bacarığını, özünü necə aparmaq qaydalarını, ünsiyyət mədəniyyətini başa düşürük. Vaxt bunları dəyişdirmir. Dəb isə çox tez-tez dəyişir və insanların xarici görünüşünə rəngarənglik verir.

Dəb ilk dəfə etiket forması kimi Avropada zadəganlar üçün yaranmışdır. O vaxt dəbə riayət etmək çox vacib idi. Geyimlərin hazırlanması üçün xeyli parçadan istifadə edildiyindən, bu əsasən varlılar arasında yayılmışdı. Dəb yalnız axırncı yüzillikdə bəzi təbəqələr arasında yayılaraq, kütləvi xarakter almışdır. 70-ci illərin başlanğıcında isə dəbdə kütləvi dəyişikliklər baş verdi. O vaxtdan başlayaraq, dəbdə stil anlayışı müəyyənləşdi. Özünəməxsusluğu ilə seçilən cins və klassik formalı geyimlər dəbə düşdü. Bu isə stillərin uyğunlaşdırılmasına və geyimlərin bir-birinə əlavələrinə gətirib çıxardı.

Mədəni geyimi müəyyən edən əsas tələblər bunlardır:

- Səliqəli, təmiz və ütülü geyim, düymələrin bağlı olması. Geyindiyimiz paltar olduqca səliqəli tikilməlidir. Yadda saxlayın ki, əgər paltar yaxşı və səliqəli tikilməmişsə, onun dəbindən çox nöqsanları gözə çarpacaq;

- Çəkmə təmiz və səliqəli olmalıdır. Çəkmənin dabanlarına diqqət vermək lazımdır. Yeyilmiş, əyilmiş, əzilmiş daban və ona yapışmış çirkəbinizə və gözəlliyinizə xələl gətirir;

- Xüsusi saç düzümü ilə məşqul olmasanız da, saçlarınız həmişə təmiz olmalıdır.

Bunlardan başqa, qəşəng yerləş, gülümsər sifət, zəriflik müasir insan görünüşü yaradır.

Dəbə uyğun və ləyaqətlə geyinmək üçün qarderob təxminən necə olmalıdır? Əksər vaxtlarda qarderobda geyim çox olur, geyinməyə isə heç nə tapmırsan.

Qarderobu zəngin olmayan, lakin zövqlə geyin-

mək istəyənlərə bir neçə məsləhət. Təzə alınan paltar, üst köynəyi, kostyum ilk növbədə Sizin həyat tərzinizdən, işinizdən, yaşınızdan asılıdır. Məsələn, boş vaxtınızın çox hissəsini idmanla məşqul olursunuzsa, onda təzə idman kostyumu, pulover, şalvar geyinmək lazımdır, nəinki bəzəkli paltarlar. Əgər teatr həvəskarınızsa, onda Sizə axşam paltarı və ya təmtəraqlı kostyum lazımdır. Ancaq bu o demək deyil ki, idman həvəskarına axşam paltarı və bəzəkli kostyum, teatr həvəskarına isə idman şalvarı lazım deyil.

Qadın dəbi kişi dəbinə nisbətən çox tez-tez dəyişir. Buna görə də qadın dəbi qayğı tələb edir. Ancaq kişinin qayğısı başqa xarakter daşıyır. Son illər kişi qarderobuna standart kostyum, iki-üç köynək, jilet, gödəkcə və idman kostyumu daxil edilib.

Kişi qarderobu

Kişi geyimləri sadə, dəbə uyğun, məqsədyönlü, lakin gözəcarpmayan rənglərdə olur. Müasir kostyum, təmiz köynək, zövqlə seçilmiş qalstuk kişi geyiminin ahəngini təşkil edir. Daha ciddi kostyumlar tünd göy, tünd boz və ya başqa rənglərdə olmalıdır. Belə kostyumun şalvar və pencəyini başqa kostyumun pencək və şalvarı ilə də uyğunlaşdırmaq olar.

Əgər mülayim iqlimdə və ya cənubda yaşayırsınızsa, mütləq pambıq və ya süni parçalardan tikilmiş kostyuma və ya rəngi gödəkçəniz ilə uyğunlaşan şalvara üstünlük verməlisiniz.

Dəblə geyinən kişiler köynək, qalstuk və corabdan yaraşığı bir geyim ansamblı yaratmış olurlar. Bu olduqca gözəl görünər.

Köynək qalstuka, kostyuma və şalvara uyğun gəlməlidir. Çox ciddi kostyumla idman köynəyi və ya sviter geyinmək yaxşı deyil. Buna baxmayaraq, kişiler son illər gəzintiyə çıxarkən, kostyumla nazik sviter geyinirlər. Kobud sviteri daha çox velvet və ya idman şalvarı ilə geyinmək yaxşı olar. İdman kostyumuna bəzəkli köynək və kəpənəkli qalstuk yaraşmır.

Boz, boz mavi, göy kostyuma ağ, açıq boz, mavi, bir rəngli xırda zolaqlı, incə dama-dama köynəklər yaraşır.

Qəhvəyi, açıq qəhvəyi, bej, yaxud qırmızı rəngli kostyumlara ağ, açıq qəhvəyi, boza çalan çəhrayı, qara rənglərə isə ağ rəngli köynək yaraşır.

Zolaqlı kostyumla dama-dama köynək və ya əksinə dama-dama kostyumla zolaqlı köynək geyinmək yaxşı deyil. Rəngbəreng və əlvən kostyuma bir rəngli köynək yaraşır. Köynək və kostyum bir-biri ilə ziddiyyət təşkil edə bilər.

Köynəyinizin yaxalığı bir ölçü böyük və azacıq uzun olarsa, yaxşı görünər və özünü sərbəst hiss edərsiniz.

Kişi kostyumunda xüsusi ilə, qalstuk diqqəti cəlb edir. Bu kişinin vizit kartıdır. Bir çox qadınlar kişinin qalstukunda onun zövqünün incəliyini görürlər. Qalstukun rəngi, naxışı kostyumun parçasına və köynəyə görə seçilir. Bir rəngli köynəyə naxışlı, zolaqlı və xanəli qalstuk yaraşır. Açıq rəngli kostyumla açıq (parlaq), axşam kostyumu ilə təbii və süni ipək qalstuk yaxşı görünür.

Xırda naxışlı parçadan tikilmiş kostyuma istənilən qalstuk yaraşır. Alabəzək kostyumla isə rəngə uyğun qalstuk taxılır. Qalstuk kostyumla bir rəngdə, yaxud açıq və ya tünd rəngdə olmalıdır. Kostyum və qalstuk rəngli də ola bilər. Kəpənəkli qalstukla yalnız rəsmi görüşlərə gedirlər. İdman köynəyinə, eləcə də, yun köynəyə qalstuk lazım deyil. Qalstuk həm də papağın və corabın rənginə uyğunlaşdırılmalıdır. Hazırda sərbəst, köynəyə yatan, çox da bərk çəkilməyən, sancaqsız, bəzəksiz qalstuk dəbdədir. Qalstuk səliqəli və düzgün bağlamalıdır.

Kostyum çəkmə ilə tamamlanır. Yaraşıqlı çəkmə geyinən şəxs zövqlə geyinmiş hesab olunur. Xarici görünüşdə bunun mühüm əhəmiyyəti var. Qara rəngdə olan bayram kostyumu ilə ağ köynək və qara çəkmə

geyinmək yaxşıdır. Qara kostyuma açıq qəhvəyi və qəhvəyi rəngli çəkmə yaraşmır. Tünd kostyumla tünd qəhvəyi və ya qara, açıq rəngli kostyumla isə açıq qəhvəyi, boz, qırmızı, qəhvəyi rəngli ayaqqabı geyinmək olar. Bej rəngli kostyuma qara idman çəkməsi yaraşmır. Eləcə də, dabanı açıq sandal gəzinti kostyumuna yaraşmır.

Kişilər yadda saxlamalıdır ki, corab şalvarın rəngindən açıq olmamalıdır.

Soyuqdan qorunmaq üçün kişilər çox vaxt pləş və palto ilə papaq, əlcək geyinirlər. Bunlar da xarici geyimə uyğunlaşmalıdır. Məsələn, idman gödəkçəsinə kənarı hündür və enli məxmər papaq yaraşmır. Belə papaqla qəşəng palto və pləş geyinmək lazımdır. Gödəkçəyə isə beret, idman papağı yaraşır. Kişi nə qədər ciddi, təmkinli olsa belə, əldə toxunan kiçik idman papağı redinqotla çox mənasız və gülməli görünür.

Şərf və çanta nəzərə alınmazsa, bu qədər.

Qadın qarderobu

Qadının bəzəyi onun gözəlliyi və tərbiyəsidir. Qadının qarderobu onun həyat tərzinə, yaşına, maraq dairəsinə və həvəsinə uyğun olur. Qadın geyimi dəbinə və zərifliyinə görə seçilir. Müasir qadın dəbi keçmiş, uzun müddətli dəbin əksinədir. Qadın yaşlaşdıqca, tünd geyinməlidir.

Həm də qadın gözəlliyinin yarısı dərzidən asılıdır. Özünü geyimə yox, geyimi özünə uyğunlaşdırmalısan.

Qadın qarderobu nisbətən mürəkkəbdir. Çünki nəyi hara və necə geyinməyin dəqiq, düzgün qaydası yoxdur. Bundan başqa qadınlar nisbətən ixtiraçılığa və zərifliyə malikdirlər. Qadınlar geyimlərinin əsas hissəsində deyil, onun bəzəyində tez-tez dəyişiklik edirlər. Hətta dəbdən düşmüş sviteri, yubkanı hər bir qadın bəzək əşyalarından - şərfdən, sancaqdan istifadə edərək, dəbə uyğunlaşdırar və yeni geyim ansamblı yarada bilər.

Qadın geyimi kişi geyiminə nisbətən az formalıdır. Bundan əlavə, qadınlar üçün həm də gigiyena və kosmetikadan istifadənin xüsusi qaydaları var.

Qadınlar üçün aşağıdakı geyimlər məsləhət görülür: xəzli və demisezon palto (axır zamanlar demisezon palto gödəkcə ilə əvəz olunub), pləş, idman kostyumu, gödəkcə, şalvar, yubka, köynək, cemper, sviter, iş paltarı, gəzinti kostyumu.

Qadının geyimini əsasən bəzək əşyaları - çəkmə, şərf, şlyapa çox yaraşqlı göstərir. Onlar nə qədər çox olarsa, o qədər müxtəlif ansambl və səliqəli geyim variantları yaratmaq olar. Bu həm də yeni geyim variantlarının yaradılmasını asanlaşdırır.

Baş geyimi qadın tualetinin aparıcı (əsas) hissəsini təşkil edir. Qadının gözəlliyini həm də saçın düzümlü və ayaqqabı ilə qiymətləndirirlər. Dabanı yeyilmiş ayaqqabı zərifliyin, qəşəngliyin düşmənidir. Yaxşı ayaqqabı həm də onun rahat olmasındadır.

Bazara və mağazaya gedərkən, hündürdaban çəkmə geyinmək məsləhət deyil. Teatra isə corabsız sandalla getmək yaxşı deyil. Corabın da dəbi tez-tez dəyişilir: tünd və ağ, bəzəkli, bəzəksiz, torlu, tikişli, tikişsiz, tünddabanlı və s. Qızmar yay günündə çəkməni yalın ayağa geyinmək lazımdır (ayaqlar mütləq təmiz olmalıdır). Bəzən barmağa və dabana çəkilməmiş qısa corab səndəlin kənarından çıxır. Bu isə çox səliqəsiz görünür. Yadda saxlayın ki, yayda və qışda mərasimlərə zövqlə seçilmiş corab geyinmək lazımdır.

Əksər qadınlar geyimlərinin dəbə uyğun və gözəl olmasını istəyirlər. Bu nöqteyi-nəzərdən klassik stildə yaxşı parçadan səliqəli tikilmiş kostyum gözəl geyim hesab edilir. Belə kostyum müxtəlif köynəklərlə, bəzəklərlə, çəkmələrlə, eləcə də, digər əlavələrlə (corab, kəmərlər) bütövlükdə dəyişilir. Rəngi və parçası uyğun gələn iki kostyumla bir neçə köynək və sviter müxtəlif geyim ansamblı yaradır.

Əvvəllər və hətta indi də bəzi qadınlar belə fikirdədirlər ki, əlcəyin rəngi çantaya, çəkməyə, kostyuma və ya paltara uyğun gəlməlidir. Lakin onların heç də eyni rəngdə olması vacib deyil. Burada çəkmənin çantaya, şərfin isə papağa uyğun gəlməsi kifayətdir. Bunlardan başqa bitərəf rənglər də var. Burada iki geyimin rənginin bir-birinə uyğun gəlməsi vacib deyil (qara, tünd boz, ağ, sarıya çalan açıq qəhvəyi).

Qadının xarici görünüşünü xoş ətir iyi tamamlayır. Lakin ondan ehtiyatla istifadə edilməlidir. Yoxsa elə fikirləşərlər ki, kəskin iyli ətirdən xoşagəlməz iyin qarşısını almaq üçün istifadə edilib.

Təbiət qadına harmoniya və gözəllik bəxş edib. Bu harmoniyanı isə geyim tamamlayır.

Məqsədəuyğun geyim

Bahalı və təzə paltarlar geyinmək vacib deyil. Əsas məsələ paltarın təmiz və səliqəli olmasındadır. Səliqəli, ütülənmiş köynək, şalvar, təmiz ayaqqabı hətta təzə və ütüsüz geyimdən daha yaxşı görünür, rəğbətlə qarşılanır.

Geyim vəziyyətə və şəraitə uyğunlaşdırılmalıdır. İşə axşam paltarında, restorana, teatra isə iş paltarında getmək düzgün deyil.

Yaxşı zövq bir anbar paltarın olmasını tələb etmir. Əsas məsələ paltarlardan düzgün istifadə etməkdən, onları yaxşı saxlamaqdan və müasir tələblərə uyğunlaşdırmaqdan ibarətdir.

Maliyyə imkanları, boy-buxun və yaş hansı stili qəbul etməni diktə edir. Geyim boy-buxununuzun üstün cəhətini göstərməli, eyibli tərəfini isə gizli saxlamalıdır.

İş paltarının modelinin, saç düzümlünün, ayaqqabının və rəngin böyük əhəmiyyəti var.

Geyiminiz elə olmalıdır ki, ətrafınızdakılar işlərinə atıb Sizinlə maraqlanmasınlar. Bununla yanaşı, geyim həm də çox rahat olmalıdır. Ütüsüz paltar, qırılmış düymə və sallanmış əmək – bunlar kiçik məsələ deyil.

İş paltarının keyfiyyəti onun səliqəli olmasında, görünüşündə, zərifliyində və rahatlığındadır. Geyindiğiniz paltar qolu yuxarı qaldırmağa, rəfdən kitab götürməyə, əyilməyə, rahat oturmağa və s. mane olmamalıdır.

Müəllimələr, həkimlər, kitabxana işçiləri günün çox hissəsini ayaqüstə olduqları üçün işə alçaqdabanlı ayaqqabı geyinməlidirlər. Kişilər isə krosovkada deyil, altı nazik qara ayaqqabı geyinməlidirlər.

Kök (dolu) adamlara eninə zolaqlı parçadan, iri şəkilli, çox açıq rəngli paltar geyinmək məsləhət görülmür. Belə geyimlər adamı başqalarının gözündə olduqca kök (dolu) göstərir. İncə, zərif görünmək üçün tünd rəngli və uzununa zolaqlı parçalardan tikilmiş geyimlərdən istifadə edilməlidir.

Nəzərə almaq lazımdır ki, müşayiət etdiyiniz şəxsin geyimindən çox şey asılıdır. Əgər qadın məxmər parçadan tikilmiş axşam paltarındadırsa, Sizin idman kostyumunuz heç də yaxşı görünməyəcək, onda mütləq frak geyinməlisiniz.

Hazırda yaşdan asılı olmayaraq çox adam cins geyinir. Cinslə restorana, axşam görüşlərinə və s. getmək yaxşı hesab olunmur.

Ev geyimi hətta adi xalat belə, diqqət tələb edir. Geyim evdəkiləri əsəbləşdirməməli, təmiz və səliqəli olmalıdır.

Gözəl və yaraşqlı xalatda çoxlu bəzəklərdən istifadə etmək düzgün deyil.

Xeyli paltarı olanlar bir neçə məsləhəti yadda saxlamalıdırlar:

Köynəyiniz xanəli, kostyumunuz zolaqlıdırsa və ya əksinə, belə paltarlarla adam arasına çıxmayın. Geyimləri bir-birinə yaraşdırmaq lazımdır.

Əgər kostyumunuz tünd rəngdədirsə, onda köynək açıq rəngdə olmalıdır.

Saya rəngli qalstuk bütün kostyumlara yaraşır. Rəngbəreng qalstuk isə əsasən kostyumun modelindən, parçanın bəzəyindən və rəngindən asılıdır.

Kostyumunuzun naxışları xırdadırsa, onu istənilən qalstukla geyinə bilərsiniz.

Bir-birinə əks rəngdə olan paltarlar geyinməyi sevirsinizsə, qalstuk və kostyumdan başqa, digər tualetinizdə də uyğunsuzluq olmamalıdır.

Vaxt qazanmaq və əsəbiləşməmək üçün, bəzi geyimlərinizi hazır saxlayın. Elə olmasın ki, bir yerə gədən məqamda kostyumunuzdakı ləkələri tələsik təmizləyəsiniz, köynəyinizin qopmuş düyməsini tikəsiniz, corablarınızı səliqəyə salasınız.

Ucaboylu və dolu qadınlar parlaq açıq rəngli paltarlar geyinməməlidirlər. Eləcə də, naxışlı bəzək əşyalarından çəkinmək gərəkdir. Arıq və incə qadınlar əsasən açıq rəngli və yüngül parçadan tikilmiş paltarlar geyinməlidirlər. Kostyum və paltara parça seçərkən, əsas rəngə fikir verilməlidir.

Parlaq rəngdən çəkinmək lazımdır. Bu xüsusilə cavanlara aiddir. Çünki belə rənglər diqqəti tez cəlb edir. Rəng seçəndə mütləq yaş nəzərə alınmalıdır, çünki cavanlara yaraşan rənglər yaşlı adamlarda eybəcər görünür. 40 yaşdan yuxarı qadınlar zərif rənglərdən çəkinməlidirlər. Buraya göy və çəhrayı rənglər aiddir. Gənc qızlar yayda sarı, qışda isə çəhrayı rəngdə paltar geyinməməlidirlər. Ağ rəngli paltarları həm gənclər, həm də yaşlılar geyinə bilirlər. Yüngül kisey parçadan tikilmiş paltarlar gənclərin əynində gözəl görünür. 40 yaşdan yuxarı xanımlar yayda səhərlər evdə həmişə ağ batist parçadan tikilmiş (nazik pambıq parça) paltar geyinə bilirlər.

Ana qızı ilə eyni geyinməməlidir. Bəzən ana gənc görünmək üçün cavanlara məxsus rəngdə paltarlar geyinir. Bu vaxt qız ananın yanında yaşından böyük görünür.

Hətta iki bacı (iki bacıdan çox) heç vaxt eyni geyinməməlidirlər. Geyim yaşa uyğun seçilməlidir.

Göy rəng bənövşəyi rənglə tutmadığı kimi, yaşıl göylə və qırmızı ilə uyğun gəlmir.

Qırmızını çəhrayı və yaşıl ilə, çəhrayını isə sarı

ilə geyinmək düzgün deyil. Mütləq ahəngdarlığa riayət olunmalıdır.

Parçalara gəlincə isə, məxmər, atlas və ağır ipək parçalardan tikilmiş paltarları yalnız qadınlar və yaşlı ötmüş qızlar geyinirlər. Gənc qızlar isə ağır parçalardan yalnız gəlin paltarı tikdirə bilirlər. Yüngül parçalardan tikilmiş geyimlər gənclərə rəqs gecəsində daha çox yaraşar. 40 yaşına qədər qadınlar çarəsiz qaldıqda, bundan istifadə edə bilirlər. Paltarı fəsilə, günə və vaxta uyğunlaşdırmaq lazımdır. Səhərlər qışda gəzintiye çıxanda çox açıq geyinmək yaxşı deyil.

Bədəninizdə çatışmazlıq varsa və onu geyimlə gizlətmək istəyirsinizsə, səhvə yol verirsiniz. Belə ki, kök (dolu) qadın arıq görünmək üçün dar paltar geyinir. Lakin belə paltarlarda köklük daha aydın hiss olunur. Arıq qadınlar isə kök görünmək üçün gen paltar geyinirlər. Bunu başqa cür həll etmək mümkündür. Kök qadınlar uzun, gen, hərəkətə mane olmayan, arıq qadınlar isə azacıq qısa və bir az gen paltarlar geyinməlidirlər.

Boyu gödək olanlar hündür şlyapa, hündür boylar isə yastı şlyapa geyinməlidirlər.

Tualeti 4 qrupa bölmək olar:

1. Səhər paltarı;
2. Sadə ev paltarı (mağazaya şey almağa gedəndə və pis havada geyinmək üçün nəzərdə tutulan paltarlar);
3. Gəzinti paltarı, dostluq görüşünə və evdə qəbul təşkil edəndə geyinilən paltar;
4. Teatra, konsertə, böyük rəqs gecələrinə geyinilən paltar.

Son vaxtlar kişilər də öz tualetlərinə daha çox diqqət yetirirlər. Bu dəbin geniş yayılmasından və zamanın tələbindən irəli gəlir.

Geyim barədə bu qədər. Lakin bu hələ tam siyahı deyil. Kitab ümumən etiket qaydalarına həsr edildiyindən, geyimə bir o qədər də çox yer verilmir. Bunlarla gələcəkdə çap olunacaq kitabda tanış ola bilərsiniz.

EV

İnsan həyatının çox hissəsini evdə keçirir (səhər, axşam, gecə). Deməli, evdə hər şey insanın yaşayışına uyğunlaşdırılmalı, işdən sonrakı istirahət üçün normal şərait yaradılmalıdır. Evdə rahatlıq, səliqə-səhman və gözəllik olmalıdır.

İstənilən mənzilə daxil olarkən, beş dəqiqə müddətində evin sahibləri haqqında fikir söyləmək mümkündür. Bunun üçün bir illik tanışlıq vacib deyil. Qısa müddətdə onların yaşayışını, marağını, ehtiyacını, mədəniyyətini, səliqəsini, təmizliyini və s. müəyyənləşdirmək mümkündür. Həssas şəxslər hətta kiçik şeylərdən - kitab rəflərindən, çiçəklərdən, divardan asılmış şəkillərdən və s. nəticə çıxara bilirlər. Burada hansı gözəllikdən söhbət gedə bilər ki, bir otaqda bəzən yazı masasını qoymağa da yer tapılmaz.

Evdə avadanlıqların yerini öz zövqünüzdə görə dəyişə bilərsiniz. Bu işi tez-tez etməklə, evdə sevincli anlar yaratmaq mümkündür.

Mənzil dəhlizdən başladığı üçün ora həmişə təmiz və səliqəli olmalıdır.

Evin dəhlizinə döşənən xalça çəkmənin palçığını, tozunu silmək üçündür. Buna görə də xalçanı tez-tez təmizləmək lazımdır.

Qapı zənginin düyməsini görünən yerdən mıxlamaq gərəkdir. Əgər bu düymədən başqa orada digər düymələr də olarsa, onda özünüzdə məxsus düymənin yanında soyadınız, yaxud mənzilinizin sayı yazılmalıdır. Əlbəttə, bu qonşular və vizitlə gələnlər üçün daha rahat olar.

Evdə hər şey ev sahibinin zövqündən və imkanından asılıdır. Əlverişli və rahat şəraitlə yanaşı, bəzi şeylər də nəzərə alınmalıdır. Hətta kiçik bir mənzildə boş yer qalmalıdır. Buna dəhlizdən başlamaq lazımdır.

Dəhlizdə paltarasılan (tikilmiş dolab) yoxdursa, xalçanın, çəkmələr üçün tumbanın, rəflərin və güzgünün olması kifayətdir.

Sarmaşıq üçün yer ayrılrsa, daha yaxşı olar. Dəhliz istənilən qədər işıqlı olmadığından, buraya işığa azacıq həssas çiçək qoyulmalıdır. Divar kağızının da (oboy) çox böyük əhəmiyyəti var.

Otağa daxil olarkən, ilk anda diqqəti avadanlıqların rəngi və bir-birinə necə uyğunlaşdırılması cəlb edir. Divar kağızını (oboy), mebellərin parçasını, pərdələrin rəngini ustalıqla seçmək və uyğunluq yaratmaq lazımdır. Yadda saxlayın ki, rənglərin bəzisi insan gözüne müsbət, bəzisi isə mənfi təsir göstərir.

Mətbəxdə qırmızı rəngə üstünlük verilir. Yataq otağına və kabinetə, yaşıl və sakitləşdirici açıq rənglər uyğun gəlir. İşıqlandırıcılar, çılcıraq, lampa, divar şamdanı, torşer seçəndə həm rənglər nəzərə alınmalı, həm də bunlardan təyinatına görə istifadə edilməlidir. Işıq yumşaq, fasiləsiz və gözqamaşdırıcı olmamalıdır.

Ev sahibinin istəyindən, zövqündən, marağından və peşəsindən asılı olaraq, divarlar boş saxlanılır. Bəzən isə asma şəkillərin, naxışlı əşyaların çoxluğundan otağın divar kağızını (oboy) görmək olmur. Evin bəzənməsində müəyyən hədd gözlənilməlidir.

Otağı müxtəlif ev avadanlıqları ilə doldurub, anbara çevirmək düzgün deyil. Evdə sərbəst hərəkət üçün şərait yaradılmalıdır. Mənzildə lazımsız iki, üç dolab varsa və tullamağa heyfiniz gəlsə, onları tanışlara, qonşulara bağışlamaq, yaxud bağ evinə aparmaq olar.

Bir yaxşı məsəl var: "hər şey insan üçündür, insan şey üçün deyil". Sizə yalnız lazım olan və işlədəcəyiniz əşyaları alın. Yadda saxlayın ki, ev muzey deyil.

Ev həmişə səliqəli olmalıdır. Dağınıq, səliqəsiz, na-təmiz evdə heç kim yaxşı əhval-ruhiyyədə ola bilməz.

Mənziliniz bir otaqdan və mətbəxdən ibarətdirsə, onu şərti olaraq iki hissəyə bölmək mümkündür. Bir tərəf yataq otağı üçün ayrılmalıdır. Orada divan, paltar dolabı yerləşdirilməlidir. Mənzilin ikinci yarısına isə yazı masası və kitab rəfi qoymaq məsləhətdir.

Təzə mebel alanda onları köhnə mebellərə uyğunlaşdırmaq lazımdır.

Yataq otağı təyinatına görə bəzənməlidir. Otaqda enli çarpayı, dəyişək dolabı, gecə masası və güzgü olmalıdır.

Hər ailədə uşaqlara otaq ayırmaq mümkün olmur. Əgər uşaqlar üçün ayrıca otaq varsa, bura uşaq otağı kimi görünməlidir. Oyuncaqlar üçün bir küncdə yer ayrılmalıdır. Otaqda onlar üçün mebel yerləşdirilməlidir. Divarlar isə mebelə uyğun kağızlanmalıdır (oboy). Uşaqların otağına televizor və digər təhlükəli əşyalar qoyulmamalıdır. Uşaq otağına bahalı mebellərin və artıq əşyaların qoyulması da məsləhət deyil.

Uşaqlara sərbəst olmağı öyrətmək lazımdır. Uşaqlar özlərinə qulluq etsələr, yataqlarını və oyuncaqlarını yığıdırsalar, təmizliyə riayət etsələr yaxşı olar.

Mətbəx çox yığcam və hər şey əl altında olmalıdır. Asma mebel, rəflər, içərisinə qab-qacaq və ərzaq yığılan mətbəx şkaflı qadınlara rahatlıq yaradar. Yuma ilə qaz plitəsi arasındakı masa digər mətbəx əşyaları ilə eyni hündürlükdə olmalıdır. Soyuducunu qaz plitəsinin yaxınlığına qoymaq olmaz. Mətbəxin divarlarını güllərlə, dekorativ və saxsı bəzək əşyaları ilə, saatla bəzəmək olar. Pərdələrin rəngi tünd və saya olmamalıdır. Mətbəxə telefon və radioqəbuledici də qoymaq olar.

Vanna və tualet tez-tez təmizlənməlidir. İçəridəki nəmlik və qoxu hiss olunmamalıdır.

Bir çox mənzillərdə təbii gülləri daha çox sevirlər. Gül evin yaraşığıdır. Güllər ya pəncərə qarşısına qoyulur, ya da divarlara vurulur. Təbii bitkilər otağı səliqəli göstərir və əsəbləri sakitləşdirir.

Güldəndəki təbii çiçək dəstəsi yazda və yayda otaqda bayram əhval-ruhiyyəsi yaradır.

Yadda saxlayın ki, evinizin səliqəli olması ovqatınıza və səhhətinizə müsbət təsir göstərir. Qonaq qəbul edəndə və hətta adi vaxtlarda da evinizin səliqə-səhmanına, təmizliyinə fikir verin. Çünki qonaq gəldigəkdir, Siz isə evin daimi sakinisiniz.

AİLƏ

Xoşbəxtlik mənzildəki (ev) gözəl avadanlıqlardan və bahalı paltarlardan asılı deyil. O qarşılıqlı münasibətdən və ailədəki səmimiyyətdən asılıdır. Həm də bunlar bir-biri ilə sıx bağlıdır.

Ev səliqəsiz olanda xoş əhval-ruhiyyə yaratmaq çətinləşir.

Hansı evdə xoş münasibət, sevgi, qarşılıqlı hörmət varsa, o ailədə valideynlər və uşaqlar səliqəsizliyə görə kiminsə onların mənliliyinə toxunmasına qətiyyənlər yol verməzlər.

Ailədə münasibətlərin normal saxlanması üçün vacib şərtləri müəyyən məsələlərdə güzəştə getməkdə və dözümlülükdədir. Ancaq bunun da müəyyən həddi olmalıdır. Mədəni şəxs həmişə bu həddi gözəylir.

Bəzən kişilər günlərlə evə qayıtmaq istəmir və ya evə gec gəlirlər. Bunun da səbəbi ondadır ki, kişi evə gələndə həyat yoldaşını cırıq xalatda, səliqəsiz saçda, əzilmiş ev ayaqqabısında, paltarların üç gün suda qaldığını, stulların başından asıldığını, çirkli qabların günlərlə yığıldığını görür.

Ailədə vəzifələri bölüşdürmək və bir-birinə kömək etmək sözsüz ki, vacibdir. Bunun əsası ailə üzvlərinin ev işlərinə cəlb olunmasıdır. Bunlar ölçülü-biçilməli və idarə olunmalıdır.

Evdəki gənc qızlara kişilərə yemək hazırlamağı və onlara qulluq etməyi tapşırmaq mümkündür. Belə qulluqdan ata çox şad olar.

Qadın həyat yoldaşına deyə bilər ki, bu paltar güclü olduğun üçün sən daha yaxşı sıxa bilərsən.

Təəssüf ki, ev diplomatiyası hamıya məxsus olmur. Çox vaxt ailədə "yığışdır, bu təbəllərə yemək ver, mən yoxsa ikiyə bölünməliyəm", - kimi sözlər eşidilir.

Ev işlərini axşama qədər qurtarmaq üçün mümkün variantlardan istifadə olunmalıdır ki, istira-

hət etməyə, televiziya verilişlərinə baxmağa, kitab oxumağa, söhbət etməyə, sabah görülmək işləri planlaşdırmağa vaxt qalsın.

Bəzən deyirlər ki, filankəsin ailəsində bir dəfə də olsun söz-söhbət olmayıb. Bu fikrə belə cavab verilməlidir: "Sizin olmadığınız yer həmişə yaxşı görünür". Elə bir ailə yoxdur ki, orada mübahisə olmasın, qarşılıqlı münasibətlər korlanmasın. Lakin nümunəvi ailələrdə belə hallar az olur və hamının müzakirəsinə verilmir.

Ailədə uşaq hansı şəraitdə yaşayarsa və hansı münasibəti görürsə, elə də böyüyür. Necə deyirlər, uşaq gördüyünü götürür. Yadda saxlayın ki, görmə yaddaşı eşitmə qabiliyyətindən dəfələrlə yüksəkdir (uşaqların tərbiyəsi haqqında əlavələrə və izahlara bax).

İki müxtəlif ailədən üçüncü yeni bir ailə yarananda, burada uyğunsuzluq və fikir ayrılığı mütləq olmalıdır. Belə halları ədəblə, təmkinlə və nəzakətlə aradan qaldırmaq olar. Bu olduqca vacibdir. Qohum və yaxınlarla münasibətlərimizdə hesab edirik ki, onlar özümüzünkülərdir və bizdən heç vaxt inciməzlər. Bəzən təhqir və tənqidlə hətta əzizimizi küsdürür, evdəkilərin sevgisini itiririk.

Yaxınlarınıza sevinc bəxş edəndə Sizin üçün də iqiqat sevinc olur. Belə halların ailədə sayı istənilən qədərdir. Əsas məsələ odur ki, ər-arvad və uşaqlar ailədə sevilənlərə və sevilməyənlərə bölünməsinlər. Ailədə tənəli sözlər heç vaxt yaxşı nəticə verməyib.

Kobudluq yalnız qarşılıqlı kobudluğa səbəb olar. Ər-arvadın kobud danışığı yaxşı nəticə verməz. Uşaqlar ailədə valideynlər arasında belə münasibətlər görəndə, bunu həyatın norması hesab edir, özlərini böyük kimi aparır və cavab qaytarırlar. Bu zəncirvari bir prosesdir və onu dayandırmaq mümkün deyil.

Qadın işləmirsə, bu hələ o demək deyil ki, kişinin çörək gətirəni, qadın isə himayədə yaşayanıdır (kişinin qazancı ilə yaşayan). Bunu aydınlaşdırmaq üçün

yaxşı olar ki, kişi evdəki işləri bir həftəlik öz üzərinə götürsün. Yalnız bundan sonra ona belə sual vermək olar: "Evi dolandıran kimdir?"

Ailədə heç kimin qəlbinə sındırmaq və incitmək olmaz.

Kişi həyat yoldaşından narazıdırsa, burada onun da günahı var. Həmçinin, kişini tənbeh edən qadın da təqsirkardır.

İşdə kənar şəxslərin arasında özünü nəzakətli, ədəbli göstərən şəxs ailədə özünü apara bilmirsə, hər şeyə laqeyddirsə, kobuddursa, bu dəhşətdir. Belə iki-üzlülük yaxınlara qarşı ümumiyyətlə, yolverilməzdir.

Evdə çirkli və səliqəsiz geyinmək yaxşı deyil. Yaxınlarınızın da zövqünü nəzərə almalısınız. Fikri istehza ilə, lovğalıqla, təhqirlə bildirməkdənsə, münasib formadan istifadə edilməlidir.

Təəssüf ki, gün ərzində kollektivdə "sağ olun", "buyurun", "bağışlayın" kimi sözlər işlətdiyimiz halda, evdə bunları yaddan çıxarıyıq. Belə sözlərdən istifadə edilməyəndə danışmaq əmr, hökm forması alır. Ailələrdə ər-arvadın danışığına qulaq asarkən, belə bir nəticə çıxarmaq olar ki, dava-dalaşa əsas səbəb ədəblə, nəzakətlə danışmağı bacarmamaqdır.

Evdə məişət işlərini hərə öz bildiyi kimi təşkil edir. Bəzi kişiler evdə həyat yoldaşının onlara qulluq etməsinə öyrəndiklərindən çöreyin yerini tapa bilmirlər. Digər kişiler isə işdə ləngidiklərindən həyat yoldaşına bazar və mağaza işlərində kömək edə bilmədiyindən narahat olurlar.

Ər və arvad arasında söz-söhbət yaranarsa, ona kənardan baxıb qiymətləndirmək lazımdır. Bu vaxt belə bir məsələ yada düşür. Bir qoca qadınlardan soruşurlar: "qızının əri necə adamdır?" cavab verir: "çox yaxşı, əri paltar da yuyur, xörək də bişirir, ev də yığıdır", "bəs oğlun necə?" qadın belə cavab verir: "yazığın bəxti gətirmədi, həm paltar yuyur, həm xörək bişirir, həm də evi təmizləyir".

Ailədəki münasibətlər təkcə məişət problemlərinin həlli ilə qurtarmır. Ər və arvad həm də bir-birinin işi ilə maraqlanmalıdır.

Ailədəki məxfi söhbətləri, hadisələri başqasına bildirmək düzgün deyil.

İntonasional danışmaq olduqca vacibdir. İnsana xoş sözle müraciət etmək, onu adı ilə çağırmaq yaxşı münasibətin yaranmasına zəmin yaradır.

İş prosesində əsəbləşmək, hirsini evdəkilərin üstünə tökmək yolverilməzdir. Nəzərə almaq lazımdır ki, evdəkilərin heç bir günahı yoxdur. Belə vəziyyətlərdə səsinizi qaldırmadan və qapını çırpmadan əsəblərinizi sakitləşdirməlisiniz. Hərəkətinizlə həm də yaxınlığın sakitliyini gözləmiş olarsınız.

Bir öpüş, bir mehriban baxış yüz hədə-qorxudan çox iş görə bilər.

Sözə və əməldə nəzakətli olduğunuzu göstərməlisiniz.

Həyat yoldaşınıza və onun şəxsiyyətinə hörmətlə yanaşın. Ağıllı qadın üçüncü şəxsin yanında ərinin danışığını kəsməz, onu tənqid etməz, danışıklarını şübhə altına almaz.

Qadın ərindən məsləhət almalıdır. Onun yanında saatlarla rəfiqəsi ilə telefonla danışmamalı, kişinin cibini yoxlamamalı, mənliliyini alçaltdırmamalıdır.

Qadın həm də tez-tez ərinin xoşuna gələn xörəkləri bişirməklə, özünü ona sevdire bilər.

Kişilər də qadınların xoşuna gələn bəzi incəlikləri bilməlidirlər. Yəni başqa qadına baxmamalı, bişirdiyi xörəkləri tərifləməli, toxuduğu şərfi və ya bağışladığı ətiri qiymətləndirməlidirlər. Kişi qadının (həyat yoldaşı) saçının düzümündəki və sifətindəki dəyişikliyi dərhal hiss etməli, qadının paltosunu tutmalı, kömək üçün əlini ona verməlidir. Kişi həyat yoldaşının, hətta onun valideynlərinin ünvanına tənəli və təhqiramiz sözlər işlətməməlidir. Bu pis nəticə verir. Həyat yoldaşınızla və onun valideynləri ilə münasibətlərinizi heç vaxt korlamayın.

Qohumlarınızın və yaxın adamlarınızın münasibətlərinizə və mübahisələrinizə qarışmasına imkan verməyin.

Bəzən maddi durum ailədə münasibətlərin gərginləşməsinə səbəb olur. Bu vaxt məsləhət vermək yersiz olar. Ancaq belə demək olar: "Pulun bir qədərini evin ehtiyaclarına ayırmaq lazımdır". Yeni ayağını yorğanına görə uzat.

Pulun hesabını yazılı şəkildə aparmaq lazımdır. Bu nəzarətə imkan yaradar və münaqişəni aradan qaldırır. Əgər pulun bir hissəsi arvada və ya kişiye şəxsi işi üçün ayrılıbsa, onda heç kimdən haqq-hesab tələb edilməməlidir.

Uşaqlara, gənclərə xırda ehtiyaclarına görə pul ayırmaq lazımdır. Yoxsa onlar başqa yolla pul "tapmağa" çalışacaqlar. İşləyən gənclər aldıkları məvacibin bir hissəsini ailənin büdcəsinə ayırmalıdırlar. Əlbəttə, bu ailəsi ilə yaşayan gənclərə aiddir. Ancaq ayrı yaşayan gənclər də vaxtaşırı valideynləri ilə əlaqə saxlamaqlı, onların nəyə ehtiyacı olduğunu öyrənməlidirlər. Bu nu onlara heç kim qadağan etməməlidir.

Ailə münasibətlərini qarşılıqlı inam əsasında qursanız yaxşı olar. Yalan, böhtan, inamsızlıq üzərində qurulmuş ailə çox çətin vəziyyətə düşür və nəticəsi yaxşı olmur.

Ailədə söz-söhbətə, dava-dalaşa yol verilməməlidir. Qarşılıqlı hörmət əsasında qurulan ailələrdə səbr və dözümlərsə, nəticə yaxşı olar, hətta qızıl toylar da qeyd olunar.

İZAHLAR, MƏLUMATLAR VƏ FAYDALI MƏSLƏHƏTLƏR

YAXŞI İNSAN OLMAQ ÜÇÜN NƏ ETMƏLİ?

Bu o qədər də çətin iş deyil. Həyatda nöqsansız insan ola bilməz. Bəziləri nöqsanlarına görə əsəbləşir, hətta bunu özlərinə dərd edirlər. Bəzi insanlar nöqsanlara qarşı kəskin mübarizə aparır, özündəki çatışmazlıqları yaxşı keyfiyyətə çevirməyə çalışırlar.

Həyatda istedadsız və çirkin insan olmur. Lakin özündəki istedadı, bacarığı düzgün qiymətləndirməyən insanlar var. Belə insanlar özlərindəki yaxşı xüsusiyyətləri göstərə bilmirlər. Ancaq bunu öyrənmək o qədər də çətin deyil. Burada söhbət səmimiyyətdən və mənəviyyətə xas yaxşı cəhətləri göstərməkdən gedir.

Özünüzdə və yaxınlarınızın qarşısına çıxan çox da mürəkkəb olmayan bəzi vəzifələri yerinə yetirərsinizsə, Sizi mədəni, tərbiyəli, ləyaqətli bir insan kimi tanıyarlər.

Yaxınlarınıza münasibətdə iki əsas xüsusiyyəti nəzərə almalısınız. Belə ki, heç vaxt özünüzdə rəva görmədiyiniz bir şeyi başqasına da rəva görməməlisiniz. Həmçinin, özünüzdə qarşı necə münasibət görmək istəyirsinizsə, başqalarına qarşı da həmin münasibətdə olmalısınız.

Özünüzdə alicənablığı və minnətdarlıq hissini inkişaf etdirin. Özünüzdə düşmən qazanmayın. Bir-birinə düşmən olanları barışdırın.

Heç kimə pislik, yamanlıq etməyin. Hətta düşmənlərinizə də pislik etməyin.

Yaxınlarınızı yersiz sözlərlə və hərəkətlərlə təhqir etməyin. Heç kimi şit zarafatlarla özünüzdən incik salmayın. Sizi təhqir edəne elə cavab verin ki, o, öz hərəkətlərindən pəşiman olsun. Ola bilər ki, mübahisə etdiyiniz şəxs birinci barışmaq istəməsin və barışıq uzun

müddət alınmasın. Onda mübahisə etdiyiniz şəxslə barışmaq üçün ilk addımı atmaqdan çəkinməyin.

Başqasına məxsus itmiş bir əşya tapmışınızsa, onu sahibinə çatdırmağa tələsin.

Səmimilik, düzlük daha çox alicənab şəxslərə məxsus xüsusiyyətlərdəndir.

Yalan danışmaq hiyləgərlik hesab olunur. Odur ki, heç vaxt yalan danışmayın, kiməsə böhtan atmayın.

Yaxınlarınızın nə qədər pis xüsusiyyətləri olsa belə, heç vaxt onlar barədə mənfi rəy yaratmağa çalışmayın. Yalnız ikilikdə bu haqda onlara nə isə deyə bilərsiniz.

Xoşunuz gəlməyən şəxsə heç vaxt "Sizdən zəhləm gedir", – deməyin.

Üstünlüyünüzü heç vaxt hiss etdirməyin.

Hamı ilə mehriban, səmimi, mədəni davranın. Heç kimin paxıllığını çəkməyin. Səbirli, təmkinli olmağa çalışın.

Mərhəmətli və rəhmli olmaq insanlarda ən yaxşı keyfiyyətlərdən hesab edilir.

Xeyirxah və insanpərvər olun.

Dərdlilərin və əzabkeşlərin kədərinə şərik olun. Yaxınlarınızı haqsızlıqdan, şərdən, böhtandan qoruyun. Onlara imkan daxilində kömək edin. İmkanlı şəxs imkansıza kömək etmək istəmirsə, günahə batmış hesab olunur.

Yaxınlarınıza gərəkli olduğunuzu hiss edib, onlara kömək əlinizi uzadarsınızsa, daxilən bir rahatlıq taparsınız. Bir həqiqəti dərk etmək lazımdır ki, biz həyatda yalnız özümüz üçün yaşamırıq.

VƏZİFƏLƏRİMİZ

1. Xasiyyətinizdəki nöqsanları aradan qaldırın. Xasiyyət insanın özündən asılı olmadan yaransa da, onu aradan qaldırmaq mümkündür. Çatışmazlıqlar ətrafdakıların faciəsinə səbəb ola bilər.

2. Kin-küdurətdən uzaq olun və bütün gücünüzlə sakitlik yaratmağa çalışın. Əsəbləşərkən, insan özünü və aqlını itirə bilər. Nəticədə insan ədalətsiz və rəhmsiz olar. Elə bir mənfi xüsusiyyət yoxdur ki, insan onu möhkəm iradə və mətinliklə aradan qaldıra bilməsin.

3. Avara-avara gəzməyin. Zəhmətlə ucalmağa çalışın. Avaraçılıq, işsizlik insana bədbəxtlik gətirir, onu belaya düşür edir.

4. İsfərcilikdən uzaq olun. İsfərcilik sizi bədnam edər və səhhətinizə mənfi təsir göstərir.

Şöhrətpərəstlik pis xüsusiyyətdir. O insanı öz köləsinə çevirə bilər. Namusla yaşamağa lovğalıq kimi mənfi xüsusiyyət mane ola bilər.

5. Kef məclislərindən uzaq olun. O insanı əxlaqsızlığa sürükləyər. Kef məclisləri və əxlaqsızlıq sonradan adət halını alır. Ləyaqətli işlərlə məşğul olun. Hayküyə və kef məclislərinə öyrəşmək insanı sakit ailə həyatından uzaqlaşdırır bilər. Asudə vaxtınızı gərəkli işlərə sərf edin.

6. Aza qane olun! Bu ağıllı şəxslərin şüarıdır. Aza qane olmaq insanı bəd əməllərdən, çirkin niyyətlərdən qoruyar. Belə insanlar xoşbəxtlik tapar.

Sadə geyim, az yemək, adi yaşayış tərz, münasib iş yeri ağıllı şəxslərə məxsusdur.

7. Ləzzətli və dadlı yeməkləri çox sevmək yaxşı deyil. Çünki yeməyi sevenlər iştahlarının qarşısını ala bilmir, onun bir növ köləsinə çevrilirlər. Yüngül yeməklərə üstünlük verin və tələbdən artıq yeməyin. Spirtli içkiləri normadan artıq qəbul etməyin.

8. Qənaətcilik insanda ən yaxşı keyfiyyətlərdəndir. Lakin bu xəsislik, simiclik deyil. Xəsislik də yaxşı keyfiyyətlərdən deyil. İsfərcilik insanı, ailəni yoxsul vəziyyətə salır.

9. Asudə vaxtlarınızı maraqlı oyunlara sərf edin. Ancaq bunun da həddi olmalıdır. Əhval-ruhiyyəni qaldırmaq üçün maraqlı oyunlarla məşğul olun. Ancaq bu

oyunlar pulla olmamalıdır. Oyunlara ifrat dərəcədə aludəçilik insanı müflisləşdirər, özünəqəsdə, cinayət-karlığa gətirib çıxarar.

10. Mənasız söhbətlər etməyin. Mənasız söhbətlər insana alçaqlıq gətirər. Danışığınızda ədəbsiz ifadələr və sözlər işlətməyin. Çünki bununla səviyyənizi göstərmiş olarsınız.

11. Hər şeyi şişirtməyin. Hər hansı addımı atmazdan əvvəl nəyin yaxşı və məqsədəuyğunluğu barədə dərindən fikirləşin.

12. Özünü tərifi yol verməyin. Sizin əsl qiymətinizi ətrafınızdakılar verməlidirlər. Kimdənsə üstün olduğunuzu diqqətə çatdırmayın. Özünüzü hamı ilə eyni bərabərdə tutun.

13. Həyatda qarşılaşdığınız çətinliklərdən çıxmaq üçün cəsarət və mərdlik nümayiş etdirin. Ümitsizliyə və bədbinliyə qapılmayın. Bu ruh düşgünlüyünə səbəb ola bilər.

14. Hamıya yaxşılıq etməyə çalışın. Hər yaxşılığın müqabilində həmişə mütləq mükafatlandırılır. Yaxşılıq edərkən, daxilən sakitlik tapır, insanların nəzərində yüksəlir, hörmət və məhəbbət qazanır.

Ləkələnmiş ad bütün söyləri heçə endirər.

FAYDALI MƏSLƏHƏTLƏR **(xüsusi ilə qadınlar üçün)**

Gözəllik, ağıl və incəlik qadınları sevməyə sövq edir. Əgər ilahidən Sizə gözəllik verilməyibse, ağıl və incəliklə onun yerini doldura bilərsiniz.

Ağıl və incəlik qadını insanlar arasında daha da gözəlləşdirir. Lakin qadının ən gözəl keyfiyyəti onun təvazökarlığıdır. Qadın nə qədər gözəl olsa belə, heç vaxt şöhrətpərəst olmamalı, başqalarından üstün olduğunu göstərməməli, təvazökarlıq etməlidir. Şöhrətpərəstlik heç kimə xeyir gətirməyib.

Yaltaqlıqdan, paxıllıqdan uzaq olmaq gərəkdir.

Ondan həzz almaq lazım deyil. Çünki onun təhlükəli nəticəsi ola bilər.

Yaltaqlığı və tərifi sevən qadınlar gülünc vəziyyətə düşə bilərlər.

Mehriban olmağa çalışın. Bu qadınların əlində bir silahdır.

Yersiz və uzun sürən gülüş ağılın məhdudluğunu göstərir.

Sadə və mülayim olun. Bu xoşbəxtliyə çatmaq üçün ən yaxşı vasitədir.

Bədbəxt hadisələrlə və çətinliklərlə üzləşəndə dözümlü olun.

Var-dövlətiniz başınızdan aşsa belə, özünüzü nə qədər xoşbəxt hesab etsəniz də təvazökar olun. Yaddan çıxarmayın ki, var-dövlət və gözəllik müvəqqətidir. Yaxşılıq heç vaxt vaxtla hesablanmır.

Fiziki gücünüzlə və mənliyinizlə öyünməyin. Cəmiyyətdəki vəziyyətinizlə fəxr etməyin. Özündən razılıq və şöhrətpərəstlik nəticəsində insanlar arasındakı dostluq pozulur və düşmənlərin sayı artır.

Mənliyinizi itirmək istəmirsinizsə, heysiyyatınızı qoruyun. Hər şeyə maraq göstərməyin. Hər şeylə marqlanan insan gözdən tez düşə bilər.

Özünüzü qadınların bəd niyyətlərindən qoruyun.

Boşboğazlıq etməyin, yaxşı məsləhətlərə qulaq asın, az danışın. Danışarkən, ehtiyatlı və təmkinli olun. Sizi dinləyənin mənliyinə toxunmayın. Heç vaxt başqasının fikirlərinə rişxənd etməyin.

Danışanın sözünü kəsməyin. Bu mədəniyyətsizlikdir.

Paxıllıq pis əlamətdir.

Başqası haqqında deyilən sözlərə, uydurmalara, şərə inanmayın.

Hər kiçik şeydən əsəbiləşməyin. Özünüzü təmkinli aparın. Əsəblərinizi cilovlayıb, sakitləşməyə çalışın.

Yaxşı əhval-ruhiyyədə deyilsinizsə, qonaq getməyin. Yoxsa qonaqlıqda işlədiyiniz yersiz sözlərlə özünüzü gözdən sala bilərsiniz.

Qısqanc olmayın. Özünüze düşmən qazanmayın. Qısqaneqliq olduqca təhlükəlidir və dağıdıcı gücə malikdir. Ağillı və ehtiyatlı olun. Ağıl və ehtiyat insanın etibarlı arxasıdır.

Bir işi görməmiş yaxşı-yaxşı fikirləşin. Düşünməmiş iş görməyin.

Avaraçılıq faciə ilə nəticələnir. Zəhmətkeş olun. Başınızı bir işlə qatmağa çalışın.

Təəssüf ki, hər iki cinsdən olan insanlar arasında şöhrətpərəstliyə, qızıla, gözəl geyimə, bəzək-düzəyə aludəçilik olur. Bunlar Sizi etibardan salar, adınıza ləkə gətirər.

Geyimə, bəzək-düzəyə aludəçilik ağılın məhdudluğundan irəli gəlir. Ağillı qadın başqalarının gözündə gülünc görünməmək üçün dəbə bir o qədər də aludə olmamalıdır.

Dostun çox olması yaxşı deyil. Mənəviyyatsızlarla dostluq etməyin. Dost seçərkən, əvvəldən xasiyyətini öyrənin.

Yadda saxlayın ki, qadınların dostlarından çox, pərəstişkarları olur. Odur ki, onlar səmimi, sədaqətli dost tapmaqda çətinlik çəkirlər. Buna xüsusilə gənc qadınlar arasında daha çox təsadüf olunur.

Sizi özünə yaxın bilib, sirrini açana hörmət edin və bu sirri gizli saxlayın. Öz sirrinizi də heç kəsə açmayın.

Heç kimin xoşbəxtliyinə, yaxşı güzəranına paxıllıq etməyin.

Yaxşılıq etmək imkanınız varsa, onu əldən buraxmayın. Yaxşılıqdan aldığınız zövqdən qiymətli heç nə ola bilməz.

Bəzi qadınlar özlərini bədbəxt hesab edirlər. Bəzən gənc qadınlar xoşbəxtliyi var-dövlətdə görürlər.

Ancaq başa düşürlər ki, onların özləri də xoşbəxtlik üçün heç nədən istifadə etməmişlər.

Analar qızlarına uşaqkən, ağillı və şirindilli olmağı öyrətməlidirlər.

Özünə düzgün qiymət verən qadın başqalarına da

layiqli qiymət verməyi bacarmalıdır. Qadının sağlam düşüncəsi və kövrəkliyi əsasdır. Kövrək ürəkli qadınlar öz gəsinin dərini də özününkü hesab edirlər.

Ağıl və gözəllik pisləyə yönəldilsə, o öz mənasını itirə bilər. Həddən artıq şöhrətpərəstlikdən gözəllik, yanlış fikirlərdən isə ağıl öz dəyərini itirə bilər.

Boş və ağılsız cinasdan uzaq olun. Çünki o ağılın azlığını göstərir. Bir-iki cinas məzəli, maraqlı görünə bilər. Üçüncü cinas isə xoşagəlməz təsir bağışlayır.

Təsəvvürə üstünlük verməyin. Hər şeyə düzgün baxışla yanaşmağa çalışın. Çünki düzgün baxış ağılın ən qiymətli qabiliyyətidir.

Adətlərə həddən artıq azadlıq vermək yaxşı hesab olunmur. Odur ki, hər şey qədərincə olmalıdır. Heç nəyi şişirtmək lazım deyil.

Başqasının yanında verilən suallara quru cavab vermək və laqeydlik göstərmək ədəbsizlikdir. Tərbiyəli qadın sevimli, istəkli və yaxşı olmaq üçün belə çatışmazlıqlara yol verməməlidir.

Qadın gənc yaşlarından ağlı inkişaf etdirməklə, gələcək üçün zəmin yaratmış olur.

Qadınlarda üç əsas keyfiyyətin olması vacibdir: qənaətcillik, səliqə-səhman və təmizlik. Evdə təmizlik yaratmaqla qadın özünü həm sevdilər, həm də sağlam ola bilər. Evdə qənaətcil qadının olması var-dövlətdən irəlidir. Qadın evdə səliqə-səhman yaratmaqla həm vaxta qənaət edər, həm də ev gözəl görünər.

Geyimin, bəzək və zinət şeylərinin insan həyatında böyük rolu var. Bunları seçib alanda yaxşı-yaxşı fikirləşib, bir nəticəyə gəlməli və zövqünüzü əsas götürməlisiniz.

Geyiminiz çatışmazlıqları ört-basdır etməli, müsbət keyfiyyətləri büruzə verməlidir.

Qadınlar yalnız qonaqlığa və bala gedəndə deyil, həm də evdə özlərinə fikir verməlidirlər. Evinizə qəfil gələn qonaqdan utanmamaq üçün geyiminiz həmişə təmiz və səliqəli olmalıdır.

Bahalı əyin-başdan istifadə etməklə, başqalarını kölgədə qoymaq düzgün olmaz. Şöhrətpərəstlik Sizi var-yoxdan çıxarıb, müflis vəziyyətə sala bilər.

Başqasının geyimini müzakirə etməyin.

Hamının sevimlisi olmaq və hörmət qazanmaq istəyirsinizsə, onların arasına ayrışdırmayın, hamıya eyni gözlə baxın.

Heç kimdən intiqam almaq fikrinə düşməyin. Mübahisə edən vaxt bir qədər soyuqqanlı olmağa çalışın və əsəblərinizi qoruyun. Fikirlərinizi məcburən başqasına qəbul etdirməyin.

Tay-tuşlarınızla münasibətdə ədəbli, mehriban, həm də ehtiyatlı olun. Özünüzdən zəiflərlə yaxşı münasibətdə olmağa çalışın.

Öz mənliliyinizi itirməmək şərti ilə böyüklərə hörmət və ehtiramla yanaşın. Başqalarının Sizə hörmət və ehtiramla yanaşması məhz özünüzdən asılıdır.

Özünüzü həmişə ailədə nümunəvi aparmağa çalışın.

MƏKTUBLAR

Müasir şəraitdə telefon vasitəsilə müəyyən məlumatları almaq və qəbul etmək asanlaşsa da, hələ də məktublaşma, dəvət, təşəkkür və təbrik etmək dəbdən düşməyib. Bəs onlar necə yazılmalıdır? Əvvəllər Rusiyada və digər dövlətlərdə məktub yazmanın qaydaları haqda xüsusi kitablar buraxılırdı.

Məktublardan bəziləri ilə tanışlıqdan sonra məlum olur ki, bu gün də onların böyük əhəmiyyəti var.

Bəzi şəxslər təşəkkür, başsağlığı və s. məzmununda məktub yazmaq üçün əlinə qələm alanda, haradan və necə başlamaqda çətinlik çəkir.

Hər bir insanın özünəməxsus xasiyyəti olduğundan məktublarda da məzmun müxtəlifliyi olur. Vaxtilə kitab şəklində buraxılan məktubların bir neçəsinin yazılma forması ilə Sizi tanış etmək istəyirik.

TƏBRİK MƏKTUBLARI

Övladların valideynlərə məktubları

Əziz, ata və ana

Yeni il mənim üçün ən əziz gündür. Çünki bu gün Sizi təbrik etməklə bərabər, məni ləyaqətli və tərbiyəli bir insan kimi böyütdüyünüzdə, məndən heç nəyi əsirgəmədiyinizə görə əziz və doğma valideynlərim, Sizə öz sevgimi və minnətdarlığımı bildirirəm. Sizin göstərdiyiniz qayğıni heç vaxt yaddan çıxarmaram. Xoşbəxtəm ki, bunu Sizə çatdıra bilirəm.

Həyat yoldaşım da Sizi həmişə sağlam, gümrah və xoşbəxt görmək arzusundadır. Balaca - Əhməd və Ziya isə nənə və babalarını çoxdan görmədikləri üçün darıxırlar.

Sizi ürəkdən sevən mehriban oğlunuz

S...A...

Qızın anasına məktubu

Yanvarın biri çox əziz gündür. Sizə cansağlığı, xoşbəxt günlər və bütün istəklərinizin yerinə yetirilməsini arzulayıram.

Sizə qarşı sevgim və hörmətim sonsuzdur. Sizin xoşbəxtliyiniz elə mənim xoşbəxtliyim deməkdir. Mənim üçün sizsiz keçirdiyim günlər çox çətinidir və səbirsizliklə görüşəcəyimiz günü gözləyirəm. Həmişə Sizə layiq olmağa çalışıram.

M..S...

Qohumlara məktub

Mehriban, əmi

Yeni il münasibətilə Sizi şəxsən təbrik edir və ailənizə ncansağlığı arzulayıram. Sizi sevən qardaşınız oğlu

S...M...

Əziz, xala

Yeni ildə Sizə xoşbəxt, bəxtəvər günlər arzulayıram. Arzum budur ki, həyatda heç vaxt qəm-qüssə görməyəsiniz, sağlam olasınız. Xeyirxah və açıq ürəkli olduğunuz üçün Allah köməyiniz olsun.

Sizi ürəkdən sevən bacınız oğlu

S...İ...

Dosta məktub

Əziz dostum, İdris

Yeni ili şən keçirməyi və gümrah olmağını arzulayıram. İnanıram ki, səni həqiqi sevən dostu yaddan çıxarmayacaqsan.

M...P...

Əziz dostum, Samir

Ürəyindəki bütün istək və arzuların çin olsun. Xoşbəxt və sağlam ol. Səni sevən dostları da yaddan çıxarma.

Məktub qısa olduğundan ürəyimdən keçənlərin hamısını Sənə çatdırı bilmirəm. İnan ki, mən Sənin sədaqətli və yaxın dostunam. Buna heç bir şübhən olmasın. Sənə olan xoş və səmimi münasibətim heç vaxt dəyişə bilməz.

Dostun

V...A...

Rəfiqəyə məktub

Əzizim, Mələykə

Sizi Yeni il münasibətilə təbrik edir və xoşbəxtlik arzulayıram.

Məktub qısa yazılsa da, arzular səmimi qəlbədən deyilib. Onun üçün də böyük məna daşıyır.

Sizi sevən rəfiqənizi yaddan çıxarmayın.

P...R...

Rəfiqəm, Sevil

Bu gün ilk təbrikimi Sizə yazıram. İnanın ki, Sizi hamıdan çox sevirəm.

Arzularımı ürəkdən qəbul edin.

Təmiz ürəyinizə görə Allah Sizi bütün istəklərinizə çatdırsın. Sizə xoşbəxtlik və cansağlığı arzulayıram.

Sizi sevən

M...T...

BAYRAMINIZ MÜBARƏK

Tanıqlara məktub

Əzizim, M...İ...

Sizi Novruz bayramı münasibətilə təbrik edirəm.

Arzu edirəm ki, bayramı xoş əhval-ruhiyyə ilə qarşılayasınız və ili yüksək nailiyyətlərlə başa vurarsınız.

Fürsətdən istifadə edərək, Sizə böyük məhəbbətimi bildirirəm. Sədaqətli dostunuz

O...L...

Ataya məktub

Əziz və mehriban, ata

Sizə minnətdarlığımı və ehtiramımı çatdırmasaydım bu əziz günləri ürəyimcə keçirə bilməzdim.

Əziz ata, icazə verin hədsiz məhəbbətimi Sizə çatdırım. Bir oğul kimi qarşınıza çıxan bütün çətinlikləri dəf etməkdə yardımçınız olmağa həmişə hazıram. Mənə olan valideyn məhəbbətinizi hiss edirəm və mən də Sizi həddən artıq sevirəm. Sizə hörmət bəsləyən oğlunuz

T...A...

Anaya məktub

Mehriban və rəhmli, ana

Çox təəssüflənirəm ki, bayramda Sizi şəxsən təbrik edə bilmirəm. Təbriklərimi əziz qardaş və bacılarıma da çatdırın.

Mənə olan sevginiz qərqlikdə yaşamağıma kömək edir.

Sizin etibarlı və sədaqətli oğlunuz (qızınız)

L...O...

Bacıya məktub

Sevimli, bacım (və ya adı)

Xahiş edirəm təbrikimi qəbul edəsiniz. Bayramı şəən ovqatda keçirməyi arzulayıram. Məktub qısa yazıldığından Sizə ürəyimdəki hisslərin çoxunu çatdırı bilmirəm. Sizi sevən qardaşınızı yaddan çıxarmayın.

R...M...

Qardaşa məktub

Əziz, Tofiq

Əvvəla Sizi bayram münasibətilə səmimi qəlbədən təbrik edirəm. Sizə bayramda sevincli anlar və xoşbəxt günlər arzulayıram. Qardaşınıza tez-tez məktub yazın.

F...L...

AD GÜNÜ MÜNASİBƏTİLƏ

Tanıqlara məktub

Hörmətli, T.İ.

Dostlarınızın və tanışlarınızın Sizə o qədər hörmət və məhəbbəti var ki, ad gününüz, bayramlarınız onlarda da səmimi hisslər oyadır.

İcazə verin təntənəli, əziz gününüzdə Sizi əmin edirəm ki, mən ən yaxın dostunuzam və Sizə xoşbəxtlik, səadət arzulayıram. Arzu edirəm ki, Tanrı gözəl xasiyyətinizi, xeyirxahlığınızı heç vaxt əlinizdən almasın.

Siz bu hörməti öz nəcibliyinizlə qazanmışınız. Sizə böyük hörməti olan

D...A...

Hörmətli aqam, Q...S...

Sizi doğum gününüz münasibətilə ürəkdən təbrik edir, gözəl və firəvan illərdə yaşamağı arzulayıram. Allah Sizə uzun və mənəli ömür qismət etsin. Sizi çox sevən dostunuz və hörmətinizi saxlayan nöqəriniz

S...M...

Ataya məktub

Əziz və hörmətli, ata

Bu gün doğum gününüzdür. Uşaqlıq və gənclik illərində Sizi təbrik edərkən, məni bağrınıza basar, əzizləyerdiniz. Təəssüf ki, bu gün Sizi uzaqdan təbrik edirəm. Sizə uzun ömür və cansağlığı arzulayıram. Məni əsl vətəndaş kimi tərbiyə etdiyinizə görə qəlbimin dərinliklərində Sizə sonsuz məhəbbətim var. Bu məhəbbəti və sevgini işimdə, əməllərimdə doğrultmağa çalışacağam.

Sizi ürəkdən sevən oğlunuz

A...İ...

Əziz və mehriban, ana

Xeyli vaxtdır ad gününüzü təbrik etmək üçün günləri sayır və arzularımı Sizə çatdırmaq üçün Tanrıya dualar edirdim. Allahdan Sizə cansağlığı və xoşbəxtlik arzulayıram. Sizə sədaqətli olacağıma söz verirəm. Arzu edirəm ki, həmişə olduğu kimi bu gün də mənə dəyərli məsləhətlərinizi verəsiniz. Çünki mən bu məsləhətlərin, öyüdlərin nə vaxtsa, əməllərimdə gerçəkləşəcəyinə əminəm.

Allah köməyiniz olsun və Sizi mənə çox görməsin.

M...Ş...

Ananın qızına məktubu

Əziz və mehriban qızım, Zemfira

Səni ad günün münasibətilə təbrik edirəm. Sənə, həyat yoldaşınla və körpə balalarınla firəvan həyat arzulayıram.

Arzu edirəm özünə həyatda həmişə düzgün yol seçəsən. Evin qadını kimi üzərinə düşən vəzifələri layi-

qincə yerinə yetirəsən. Həyat yoldaşının məsləhətlərinə qulaq asasan və onun zəhmətini dəyərinə qiymətləndirəsən. Belə olsa o, öz xoşbəxtliyini Səndə, Sən isə onda taparsan. Bu da bir valideyn kimi mənim başucalığım olar. Xoşbəxtliyin üçün Sənə kömək etməyə hər an hazıram. Odur ki, heç nədən çəkinmədən səni sevən ananə müraciət edə bilərsən.

T...M...

Babaya məktub

Əziz və hörmətli, baba

Sizə möhkəm tellərlə bağlılığımı hiss edirəm. Bu gün Sizin ad gününüzdür. Sizi təbrik etməyi özümə borc bilirəm. Əziz baba, Sizə Allahdan uzun ömür, cansağlığı, əmin-amanlıq arzulayıram.

Mənim adımdan sevimli nənəmi də təbrik edərsiniz.

T...M...

Nənəyə məktub

Hörmətli və mehriban, nənə

İcazə verin, Sizə sonsuz sevgimi çatdırım və ad gününüzü təbrik edirəm. Əziz və mehriban nənə, Sizə Ulu Tanrıdan cansağlığı və uzun ömür arzulayıram.

Allah Sizə sakit və şən həyat qismət etsin. Mənə də ömür versin ki, Sizin ad gününüzü neçə illər bundan sonra da təbrik edə bilim.

Özünüzü qoruyun, səhhətinizin qayğısına qalın ki, Sizi sevənlər həmişə şad olsunlar. Əminəm ki, tezliklə Sizi sevindirə biləcəm. Mehriban nəvəniz

S...M..

Qohumlara məktub

Əziz və hörmətli, dayı

Sizə olan sonsuz hörmətimi və sevgimi qəbul edin. Sizin ad gününüz mənim üçün əsl bayramdır.

Sizin gənclərə məsləhətlərinizi və köməyinizi həmişə iftixar hissi ilə xatırlayıram.

Allahdan Sizə cansağlığı, uzun ömür arzulayıram. Arzum budur ki, Sizin ad gününüzü həmişə təbrik edə bilim.

Əminəm ki, tezliklə görüşüb, Sizi şəxsən təbrik edəcək, ehtiram və məhəbbətimi göstərə biləcəyəm.

Hörmət və məhəbbətlə bacınız oğlu

T...S...

Dosta məktub

Dostum, İbrahim

Səni ad günün münasibətilə təbrik edirəm. Həmişə sağ və salamat olasan. Sənə cansağlığı, sakitlik və ailə xoşbəxtliyi arzulayıram. Gün o gün olsun ki, nəvə və nəticələrinin toyunu görəsən.

Çox heyfslənirəm ki, biz bir-birimizdən uzaqdayıq və səni bütün ailənlə birlikdə bağrıma basıb, təbrik edə bilmirəm. Mənim təbrikimi həyat yoldaşına çatdırmağı yaddan çıxarma. Səni sevən dostun.

M...İ...

Nigah münasibəti ilə

Əzizim, P...R...

Sizin xoşbəxtliyinizə ürəkdən şadam. Sizi nigaha girməyiniz münasibətilə təbrik edir, xoşbəxtlik arzulayıram. Tanrı Sizə yar olsun və ailənizə firəvanlıq gə-

tirsin. Xahiş edirəm məni həmişə özünüzdə dost biləsiniz.

Sizə həmişə hörmətlə xatırlayan dostunuz

V...A...

Qızıl toy

Əziz və hörmətli, M..İ.. və B...L...

Bu gün toy gününüzün əlli illiyini bayram edirsiniz. Yarım əsr xoşbəxt ömür sürmək, sevilərək yaşamaq hər adama nəsib olmur. Bu gözəl bir gündür və qeyd olunmalı bir hadisədir. Sizi yubiley münasibətilə təbrik edirəm. Bu gün özümü də Sizinlə bərabər xoşbəxt hiss edirəm. Təəssüflənirəm ki, Sizi şəxsən təbrik edə bilmədim.

Arzum budur ki, Ulu Tanrı brilyant toyunuzu qeyd etmək üçün Sizə daha uzun ömür qismət etsin.

Böyük hörmətlə

İ...A...

Sağlamlıqla bağlı məktub

Əzizim, P..R...

Sizin sağ və salamat olmağınızı eşidib, çox şad oldum. Sevindim ki, özünüzü yaxşı hiss edirsiniz. Məktubunuzu səbirsizliklə gözləyirdim. Sizin göndərdiyiniz məktub məni nigaranlıqdan qurtardı. Allahdan bir arzum var. Ulu Tanrı Sizə uzun ömür və cansağlığı qismət etsin.

K...E...

Təşəkkür məktubu

Hörmətli, N...Q...

Mənə göstərdiyiniz köməyə görə təşəkkürümü qəbul etməyinizi xahiş edirəm.

Ürəyimdən keçənləri sözlə ifadə etmək mənim üçün çətindir. Əgər nə vaxtsa, Sizə lazım olsam çox şad olaram.

Hörmətlə

K...A...

Dəvətnamə

Əziz dostum, L...

Mənə elə gəlir ki, dostlarla bir yerdə vaxt keçirməkdən yaxşı heç nə ola bilməz. Xüsusilə Sizin kimi dostla. Əminəm ki, dediklərimlə razılaşacaqsınız.

Odur ki, bu axşam bizim evdə olacağınıza əminəm. Bununla mənə hörmətinizi göstərmiş olarsınız.

V...S...

Dəfn münasibətilə

Hörmətli, O...L...

Ürək ağrısı və dərin kədər hissi ilə Sizə əziz atamın vəfat etdiyini çatdırıram. Artıq dərəcədə xahiş edirəm ki, onun dəfnində iştirak edəsiniz.

Hörmətlə

N..E...

Xahiş məktubu

Hörmətli, E...P...

Xahiş edirəm Sizdəki əmanəti təcili mənə göndəresiniz.

Sədaqətli dostunuz

Ş...R...

Hörmətli, A...P...

Sizi narahat etdiyim üçün üzr istəyirəm. Xahiş edirəm bu məktubu N...P... çatdırasınız. Çünki onun ünvanını dəqiq bilmirəm. Məktubu ona çatdırmaq olduqca vacibdir.

Sədaqətli dostunuz M...İ...

Üzristəmə məktubu

Hörmətli, V...P...

Məktubunuza gec cavab verdim üçün üzr istəyirəm. Elə hesab etməyin ki, Sizi yaddan çıxarmışam. Vəziyyətim ağır olduğundan üzərimə düşən vəzifəni yerinə yetirə bilmədim. Bu mənə pis təsir etdi. Məktubunuza tez cavab yazmağa çalışacam.

Sizə hörmət bəsləyən

İ...M...

Şəfqət məktubu

Əzizim, T...R...

Qəflətən xəstələnməyiniz Sizi çox sevən və hörmətinizi saxlayan şəxs kimi məni həddən ziyadə kədərləndirdi. Allahdan arzum budur ki, tezliklə şəfa tapsınız. Ruhdan düşməyin. Yadda saxlayın ki, xəstəlik insan həyatının bütün dövrlərində ola bilər.

Dostlar da tezliklə şəfa tapmağınızı arzulayırlar. Sizə bundan sonra da məhəbbət və hörmət göstərməyə çalışacağıq.

Ə...M...

BU "AĞILSIZ" DÜNYADA NECƏ SAĞ QALMAQ OLAR?

Radio və televizordan və mətbuatdan hər gün müxtəlif faciəli hadisələr haqqında məlumatlar alırıq. İstər-istəməz düşünmək məcburiyyətində qalır və bu hadisələrdən özümüzü necə qorumaq barədə fikirləşirik. Bundan qaçmaq çətindir. Bu xüsusilə zərif cinsə məxsus qadınlara aiddir.

Qadın şəhərdə

Böyük şəhərlərdə yaşayan qadınlar xüsusilə ehtiyatlı olmalıdırlar. Çünki belə qadınlar kriminal elementlər üçün cəlbədar hücum obyektinə ola bilərlər. Hücum edənlər çox vaxt kişilər olur. Nə üçün məhz qadınlara qarşı cinayətlər daha çox olur? Bunun müxtəlif səbəbləri var:

1. Kişilərə nisbətən qadınların fiziki cəhətdən zəif olması.
2. Cəmiyyətə zidd ünsürlərin qadınlara qarşı qeyri-insani cinsi hərəkətləri.
3. Qadınların bahalı zینət əşyalarına aludəçiliyi.
4. Qadınların çantalarındakı pulun asanlıqla götürülməsinin mümkünlüyü.

Müdafiə olunmaq üçün əvvəldən təhlükəni hiss etmək bacarığına malik olmalısınız. Küçədə həmişə ayıq olmaq lazımdır. Küçədə özünüzü düzgün apararsınızsa, bu təhlükəsizliyiniz üçün qorant ola bilər. Əlbəttə, yanınızdan ötən hər bir şəxsdən şübhələnmək və tez-tez o yan-bu yana baxmaq lazım deyil.

Evə tək gedirsinizsə

Yadda saxlayın ki, soyğunçılar çox vaxt öz qurbanlarını qaranlıqda əldə etməyə çalışırlar. Odur ki, gecə daha ehtiyatlı olmaq lazımdır. Metrodan, trolleybusdan, avtobusdan düşəndə tələsməyin, işıqlı yerlərdən uzaqlaşmayın, dayanacaqdan tez aralanmayın, et-

rafınıza nəzər yetirin. Əgər yaxınlıqda yeniyetmələr, gənclər və sərxoşlar yığılıbsa, ehtiyatlı olun. Sizinlə eyni istiqamətə gedənlərə qoşulun. Yadda saxlayın ki, metro stansiyalarında polis şöbələri var. Əgər qorxursunuzsa, kömək üçün onlara müraciət edə bilərsiniz. Yeraltı keçid qaranlıqdırsa, yolu qadağan olunmuş yerdən keçmək olar. Belədən yol qaydalarını pozmaq quldurla rastlaşmaqdan yaxşıdır.

Cinayətkarlıqla məşğul olanlar bəzən izə düşürlər. Bunu hiss etsəniz, onlardan uzaqlaşmağa çalışın və geriye – metro stansiyasına qayıdın. Evə zəng edib, Sizi qarşılamalarını xahiş edin. Tanımadığınız küçə qapılarında daldalanmayın. Bu çox təhlükəlidir.

İşıqlı küçələrdən keçməyə çalışın. Yolunuzu qısaltmaq məqsədilə adam olmayan məhəllələrdən, dalanlardan, bağlardan keçməyin. Əgər adam olmayan küçədən keçməyə məcbursunuzsa, onda səkinin yola yaxın tərəfindən gedin. Hasar dibindən, küçə qapılarından uzaq olun.

Zəif işıqlanmış küçə qapısından daxil olub, tələsik liftə girməyin. Diqqətlə o yan-bu yana baxın. Əgər təhlükə hiss etsəniz, dərhal qarşınıza çıxan birinci evin zəngini basın. Liftə tanımadığınız adamla daxil olmayın. Nəhayət, Sizə hücum ola biləcəyini hiss edirsinizsə, müdafiə məqsədilə qaz balonundan istifadə edin.

Qonaq getməmişdən əvvəl oradan saat neçədə qayıdacağınız haqqında düşünməlisiniz. Gec olarsa, mütləq Sizi ötürməlidirlər və ya getdiyiniz yerdə gecələməlisiniz. Bu barədə də qohumlarla məsləhətləşməlisiniz.

Evə qayıdarkən, zینət əşyalarınızı, dikdaban çəkmələrinizi çıxarın və üzünüzdəki ənik-kirşanı təmizləyin. Qonaqlıqdan sonra geyinəcəyiniz paltar evdən çıxanda özünüzlə götürün və gedəcəyiniz marşrutu müəyyənləşdirin.

Kimdən qorxmaq lazımdır?

İnsan əvvəldən ona təhlükənin harada və kim tərəfindən ola biləcəyini müəyyən etməlidir.

1. Qadınlar üçün ən təhlükəli cinayətkarlar – manyaklardır. Onları qərribə hərəkətlərindən müəyyən-ləşdirmək olar. Odur ki, belə adamların təklifləri ilə ha-rasa getmək və onlara cavab vermək lazım deyil. An-caq hər kişiye də manyak kimi baxmaq düzgün deyil. Əgər kişi Sizin xoşunuza gəlibsə, zəng etmək üçün onun telefonunun nömrəsini alın. Kişi “fırıldağırsa”, ona ağılnıza gələn telefon nömrəsini verin.

2. Daha ciddi təhlükəli cinayətkarlar – residivist-lərdir. Onları danışıklardan, jarqonlu ifadələrdən, qol-larındakı və çiyinlərindəki döymələrdən müəyyən et-mək olar.

3. Ən real və yayılmış təhlükəli xuliqan gənc-lər hesab olunurlar. Onların qəfil hərəkətləri anlaşı-lmazlıq yarada bilər. Odur ki, qadının belə gənclərin ya-nından keçməsi qorxuludur.

4. Yaşlı xuliqanlar. Bunlar əsasən 20 yaşdan 45 yaşadək olan narazı şəxslərdir ki, çox vaxt sərxoş vəziyyətdə olurlar. Belə adamlar adətən, sağlam kişilə-rə nisbətən gücsüz olurlar. Güclərini qadınlara göstə-rə bilirlər. Belələri qadınları söyüb, təhqir edə bilirlər. Onlara cavab qaytarmaq və qıcıqlandırmaq lazım deyil.

5. Müxtəlif yaşda və müxtəlif sosial qrupa daxil olan aqressiv qadınlar. Onların əksəriyyəti ruhi xəstə olurlar. Normal ailə münasibətləri alınmadığından ki-şilərdən çox, xoşbəxt qadınlara nifrət edirlər. Belə qa-dınlardan uzaq olmaq lazımdır.

6. Pozğun keflilər. Onlar sərxoş olanda daha təhlükədirlər. Belə şəxslər öz hərəkətlərinə qiymət verə bilmirlər.

Yeniyetmə qızlar və gənc qadınlar

Bir çox faciələr qızların ağılsız hərəkətlərindən və fitnəkarlıqlarından yaranır. Əgər 13-15 yaşında olan qızlar qaşlarını, kipriklərini, dodaqlarını necə gəl-di boyayırlarsa, qısa paltarda gecələr hara gəldi gedir-lərsə, bununla oğlanlara və kişilərə signal verirlər ki, onlarla kompaniya təşkil edə bilirlər. Belə qızlarla is-

tənilən hərəkətləri etmək olar. Bu o qədər də çətin deyil.

Kişinin gözünün içinə uzun müddət baxmaq onu görüşə dəvət etmək deməkdir. Belə baxışlar kişi ilə tanış olmaq istəyindən irəli gəlir. Bu vaxt kişinin söz atmasına qızın kəskin cavab verməsi o qədər də ağıllı alınmaz. Yaxud kişi qızla yaxından tanış olmaq istəyir. Əvvəl qızın dirseyinə əli ilə toxunur. Qız geri çəkilmə-sə, onda onun qolundan və ya belindən tutur və sığal-layır. Qız heç bir reaksiya verməsə, kişi daha cəsarətli hərəkət edir. Bu halda qızın cavabı yersiz görünür. Və-ziyyəti başa düşən qız kişidən uzaqlaşmalıdır. Buna isə ustalığ lazımdır.

Bəzən qızlar kişilərin fiziologiyasına yaxşı bələd olmadıqlarından, ağılsız hərəkətlərə yol verirlər. Məsə-lən, gənc qadın tanımadığı kişinin maşınına əyləşir, onunla restorana gedir, evə dəvət alır və s.

Qızlar bilməlidirlər ki, əgər kişidə yüksək hiss oyadıblarsa, bunun qarşısında nəinki temperamentli oğlan, hətta yaxşı tərbiyə görmüş gənc də davam gətir-məyəcək. Hətta tanıdığınız oğlanlara da icazə vermə-məlisiniz ki, Sizinlə münasibətlərdə açıq-saçıq olsunlar və güc yolunu seçsinlər.

Avtomobil qala deyil

Avtomobilin sürücü arxasında əyləşən hər bir qa-dın adı təhlükəsizlik qaydalarını gözləmə, pis olmaz. Maşının qapıları elə bağlanmalıdır ki, bayırdan açmaq mümkün olmasın. Təsadüfi sərnəşinlərdən uzaq olmaq lazımdır. Tanış olmadığınız şəxslə danışsınızsa, yan şüşəni həmişə azacıq açıq saxlayın. Səs eşitmək üçün şüşəni bir neçə mm. aşağı salsanız kifayətdir. Sizə söz demək üçün sol tərəfdən yaxınlaşıblarsa, sağ tərəfə keçmələrini təklif edin. Əlbəttə, onları aparıb-apar-mamaq Sizin öz işinizdir. Yadda saxlayın ki, sürü-cüdən sərnəşinə də çevrilə bilərsiniz. Sizi yolun kənarı-na tullaya da bilirlər. Elə hesab etməyin ki, qadın ol-duğunuza görə onların Sizə rəhmi gələcək.

Dövlət Avtomobil Müfəttişliyinin əməkdaşları ilə danışanda diqqətli olun. Əgər onlar Sizi yolda saxlayıblarsa, özlerini təqdim etməli, rütbə və soyadlarını deməlidirlər. Əgər polisın hərəkətləri Sizi şübhələndirərsə, şəxsiyyəti təsdiqləyən vəsiqəni tələb edə bilərsiniz. Sizin bu tələbiniz onların narazılığına səbəb ola bilər. Lakin bundan narahat olmağa dəyməz. Çünki cərimə vermək məşinsız qalmaqdan qat-qat yaxşıdır.

Sizi təqib edərlərsə, işıqla gözünüzü qamaşdırarlarsa, maşınınızı yolun kənarına sıxışdırmağa cəhd edərlərsə, onda gediş-gəliş çox olan yola çıxın, maşınınızı avtobusun və ya iri maşının yaxınlığına sürün. Lazım gəlsə, yaxınlıqdakı DYP postuna yaxınlaşıb, kömək üçün müraciət edin.

Evdə təhlükəsizlik

Tək yaşayırsınızsa, evdə nə işlə məşğul olduğunuz pəncərədən görünməməlidir.

Subaysınızsa və ciddi qayda-qanunlarla yaşayırsınızsa, evə müxtəlif vaxtlarda gəlib-getməyə çalışın. Bəzən qadın qapını açan vaxt ona hücum edirlər və evə daxil olurlar.

Qapının zəngi çalınarsa, açmağa tələsməyin. Qapının gözlüyündən baxıb, gələnin kimliyini öyrənin. Əgər qapının arxasından səs gəlsə ki, telefonu və ya qazı yoxlayırıq, qapını açmağa tələsməyin. Mənzil-istismar idarəsinə zəng çalıb öyrənin ki, doğrudan da, gəlib yoxlamalıdırlar, ya yox. Hətta qapınızı polis formasında döyən olsa belə, açmayın. Polis şöbəsinə zəng çalıb, hər şeyi dəqiqləşdirin. Tanış olmadığınız kişilərə qapı açmayın.

Bəzən cinayətkarlar alçaq yollara əl atırlar. Ya işığı rubilnikdən açırlar, ya da tıxacığı çıxarırlar. Bu vaxt nə etməməli? Qapını açıb pilləkənə çıxmamalı. Qapı arxasından kömək istəyənlərə qapı açmamalı. Nə etməli? Tanış olmayan səs eşidən kimi kömək üçün əlaqədar orqanlara məlumat verməli. Qonşu ilə əvvəlcədən razılaşdırıldığı kimi divarı döyməli. Qonşu-

lara zəng çalıb, onların da evdən çıxmasını xahiş etməli. Sonra qapını açıb kömək istəyəne yardım etməli.

Yadda saxlayın ki, təhlükəsizliyinizi qorumaq üçün qonşularla yaxşı münasibətdə olmalısınız.

Siz biznesmen arvadısınız

Həyat yoldaşınız iş adamıdırsa, Siz tamamilə başqa yaşayış şəraitinə düşürsünüz. Biznesmenlər tez-tez cinayətkar dəstələrlə qarşılaşırlar. Hüquq-mühafizə orqanları çox vaxt kommersantları təhlükəli elementlərdən qoruya bilmirlər. Həkimlər təsdiq ediblər ki, bir çox sahibkarlar gündəlik gərginlikdən əsəb və digər xəstəliklər tapırlar. Odur ki, qadının əsas vəzifəsi evdə rahatlıq yaradıb, gərginliyi aradan qaldırmaqdır.

Vicdansız rəqiblər və banditlər məqsədlərinə nail olmaq üçün daha çox şantajdan və terroridan istifadə edirlər. Çox vaxt onlar niyətlərinə çatmaq üçün ailədən istifadə edirlər. Onlar yalnız terrorla məşğul olurlar. Oğurluq edir, adam öldürür, bir ailəni girov götürürlər. Başqa bir üsul da var. Belə ki, kimsə lazım olan şəxsin həyat yoldaşının etibarını qazanaraq, qadını özündən asılı vəziyyətə salır və ondan öz xeyri üçün istifadə edir. Belə bir hadisəyə diqqət yetirin. Ər gecə-gündüz firmanın işi ilə məşğul olur. Hər gün evə əsəbi vəziyyətdə gəlir. Hətta həyat yoldaşını yaddan çıxarıır. Beləliklə, qadının həyat yoldaşından narazılığı, giley-güzarı başlayır. Qadın əri ilə bağlı heç nəyi nəzərə almır, onun gərginlik içərisində yaşadığını düşünmür. Ər də öz növbəsində nəzərə almır ki, evin bütün ağırlığı xanımının - uşaqlarının anasının üzərinə düşüb. Qadın artıq hiss etməyə başlayır ki, xoşbəxt olmaq üçün heç də var-dövlət əsas deyilmiş. Təsədüfən onu başa düşən, arzularını yerinə yetirməyə hazır olan biri ilə rastlaşır. Gərgin həyatdan sonra qadın yalan, aldadıcı nəvazişlə qarşılaşır. Qadın ona hədə-qorxu gələnlərin və həriflərin əlinə düşdüyünü anlayanda artıq gec olur. Əldə etdiyi şəkillər, gizli görüşlər kişiye

məqsədlərini həyata keçirməkdə lazım olur. Beləliklə, firma barədə, firma başçısının işə gəlib-getdiyi saat, ezamiyyət vaxtları, xarici qonaqların qəbul vaxtı və s. haqda məlumat almaq asanlaşır. Əgər qadın geri çəkilsə, məsələnin üstü açıla bilər. Çox vaxt bu səbəbdən ailələr dağılır. Bu işə sahibkara zərbə vurur, firmanın işi getdikcə zəifləyir. Düşünülməmiş hərəkətləri ilə bütün həyatını məhv edən qadının sonrakı peşimançılığının işə heç bir faydası olmur. Belə hadisələr indi çox aktuallaşıb.

Ailəyə quldurcasına basqın

Çox vaxt sahibkarın ailəsinə soyğunçuluq və girov götürmək məqsədi ilə hücum edilir. Belə hesab edək ki, orta sahibkar olan həyat yoldaşınızın mühafizəçi saxlamağa o qədər də imkanı yoxdur. Bu vaxt sadə mühafizə üsullarından istifadə etmək olar. Yəni evə mühafizə signalı birləşdirilməlidir. Mühafizə signalı gündüzlər evdə heç kim olmayanda qoşulmalıdır. Bunu axşamlar hamı evdə olanda da etmək olar.

Sahibkarların özləri tez-tez hücumə məruz qalsalar da, hüquq-mühafizə orqanlarına müraciət edə bilmirlər. Çünki onların özləri qanunu pozurlar. Həyat yoldaşınızın işləri ilə müəyyən qədər tanışsınızsa, onda ailənin təhlükəsizliyi naminə onu cinayətkar üsurlərdən qorumağa çalışın.

Əgər Siz banditlərin əlindəsinizsə

Belə zənn edin ki, Sizi oğurlayıblar. Sizi tutanlara müqavimət göstərmək lazımdır. Ancaq bunu sakit və təmkinli qadın edə bilər. Əvvəldən özünüzü qorxaq kimi göstərməyin. Özünüzü inandırın ki, Sizi heç kim öldürmək istəmir. Banditlər həyatınıza təhlükə törətməyə cəhd etməzlərsə, müqavimət göstərməkdən çəkinin. Hər dəqiqə onlara xatırladın ki, Sizi azad etmək üçün həyat yoldaşınız bütün imkanlardan istifadə edəcək.

Heç bir vaxt Sizi tutanları təhqir etməyin. Nəzərə alın ki, bu adamlar cinayətkar-residivistlərdir. Elə

etməyin ki, Sizə güc tətbiq etsinlər. Sizi əhatə edən hər kiçik məqama fikir verin. Cinayətkarları yaxşı yadda saxlayın. Əgər bağlı yerdəsinizsə və harada olduğunuzu bilmirsinizsə, kənar danışıklara diqqətlə qulaq asın ki, söhbətlərdən haraya gətirildiyinizi müəyyən edə bilərsiniz. Banditlərin Sizi nə üçün buraya gətirdiklərini öyrənməyə çalışın.

Təhlükəsizliyinizə təminat verəcəkləri məqamda bütün tələblərin yerinə yetiriləcəyinə söz verin. Yoldaşınızla telefon danışığı təşkil etmək üçün xahiş edin və onları inandırmağa çalışın ki, o səsini eşidəndən sonra sakit olacaq və heç nəyə əl atmayacaq, istənilən qədər pul verəcək. Telefon danışığına icazə verilməsə, məktub yazmağı xahiş edin. Telefon danışığında və məktubda əvvəldən razılaşdırılmış signalı verin. Əvvəldən razılaşdırılmış sözlər şəhərin müəyyən rayonuna aid olmalıdır.

Sizi azad etmək üçün mənzilə hücum edərlərsə, qapıya və pəncərəyə yaxın dayanmayın. Banditlərin əlindən çıxıb, Sizi xilas edənlərə tərəf qaçmayın. Çünki qaranlıq mənzildə Sizi terrorçu ilə səhv salıb atəş açə bilərlər.

Qadınlar, yaraqların

Özünü müdafiə üçün karate növlərini, atəş açma üsullarını öyrənmək və ya mühafizəçi tutmaq gərəkdir. İt mühafizəsi də pis olmaz. Əgər bunların heç biri əl verməzsə, onda təhlükəsizliyinizi qorumaq üçün özünü müdafiə vasitələrindən istifadə etməlisiniz.

İki il bundan əvvəl Rusiyada silah haqqında qəbul edilmiş qanuna əsasən on səkkiz yaşdan yuxarı olanlar özünü müdafiə məqsədi ilə qaz silahından – tapançadan istifadə edə bilərlər. Təcrübə sübut edib ki, qadınlar sadə qaz balonlarına daha çox üstünlük verirlər. Qaz balonunu istənilən xüsusi mağazalardan heç bir sənəd təqdim etmədən də almaq mümkündür. İki növ qaz balonunu Səhiyyə Nazirliyi tərəfindən icazə verilmiş qazla doldurmaq olar. Bu qazlar yalnız gözyaşardıcı təsirə

malikdir və insanın səhhətinə mənfi təsir etmir. Onların standart göstəricisi CN və CS-dir. Mağazadan Sizə Rusiyada istehsal olunmuş “ÇEREMUXA” (CN) təklif edə bilərlər. Belə qaz balonlarını qadınlar çantalarında və ya ciblərində gəzdirə bilərlər. Avtoqələmə oxşayan DEFIANCE tipli (ABŞ) “QARANT” (SS və ya CN) və ya CONTRADOG vardır. Bunların qiyməti 3 ABŞ dollarından 10 ABŞ dollarına qədər ola bilər. Balondan düzgün istifadə etmək lazımdır.

– Balonu alanda onun üstündəki yazılarla tanış olun və istehsal vaxtına diqqət yetirin. Əgər üzərində heç nə yazılmayıbsa, yaxud oxunmursa, almayın. Püskürücü qapaq lehimlənmiş olmalıdır.

– Balonun qapağını qayçı ilə ehtiyatla kəsin. Püskürməsinə adam olmayan yerdə yoxlayın. Yaxşı olar ki, bu əməliyyatı gün olan yerdə edəsiniz. Çünki gündə püskürmə yaxşı görünür.

– Balondan istifadə olduqca sadədir. Onun üçün baş barmaqla düyməni basmaq, püskürücünü düşməyə tərəf yönəltmək lazımdır. Düşmənlə aranızdakı məsafə üç metrədən çox olmamalıdır.

– Qaz buraxıldıqdan sonra dərhal müsbət təsir göstərir (0,5 san.). Düyməni basılı saxlamayın. Çünki balonda olan qaz 10-15 püskürmə üçün çatır.

– Balonu şaquli vəziyyətdə tutun. Başqa vəziyyətdə saxlanılsa, püskürmə alınmaz.

– Balon hücum edənin üzərinə tuşlanmalıdır. Püskürmədən beş saniyə müddətində xəstəlik yaranır.

– Qaz balonunu liftə, avtomobilin salonunda, kupədə tətbiq etmək təhlükəlidir. Təhlükəli vəziyyət yaranarsa, ağzınızı və burnunuzu dəsmalla, şərflə bağlayın, yaxın mərtəbənin düyməsini basın və təcili dispetçərə xəbər verin.

– Aerosol gözünüzdə və ya əlinizə düşərsə, dərhal axar suyun altına tutun və həmin yerləri açıq vəziyyətdə saxlayın. Kremdən istifadə etməyin, o pis təsir göstərə bilər.

Atəş aç!

Qaz tapançası almamışdan əvvəl lisenziya alın. Bunun üçün polis şöbəsinə ərizə ilə müraciət edin. Şəxsiyyət vəərəqəsi və iki ədəd şəkil təqdim edin. Tapançadan istifadə etmək qaydalarından imtahan verdikdən sonra arayış alınır. Lisenziya beş il müddətinə verilir. Sənədlər mağazada satıcıya təqdim edildikdən sonra tapançanın rekvizitləri yazılır. Tapança alınmışdan əvvəl onun bütün incəliklərindən başı çıxan şəxslə məsləhətləşmək lazımdır. Tapançalar qazla yox, maye (CN, CS) ilə işləyir. Elə tapançalar var ki, döyüş tapançası kimi səs çıxarır.

Aşağıdakıları yadda saxlamaq məsləhətdir:

– Tapançadan istifadəni tirdə öyrənin.

– Çox təhlükəli şəraitdə tapançanı əvvəlcədən hazırlayın.

– Sizə hücum olunacağını hiss edən kimi yaxşı mövqe tutmağa, kölgə yerə çəkilməyə çalışın. Çalışın ki, düşmən işıqda qalsın, arxadan Sizə hücum olmasın. Arxanız divara tərəf olsa, daha yaxşıdır.

– Bandit əlinizdəki tapançanı döyüş tapançasına oxşadıb, atəş açmağa bilər.

– Düşmənin çənəsini nişan alın ki, qaz şıgnağı yaxşı yayılıb hədəfi tutsun. Düşməni məhv edərkən, özünüzü itirməyin və təcili polis şöbəsinə xəbər verin.

– Bandit tapançanı Sizə tuşlayarsa, atəş açmayın, qaz balonundan istifadə etməyin. Çünki güllə qaz şıgnağından tez təsir göstərir. Yadda saxlayın ki, Siz özünüzü müdafiə üçün qanunla alınmış tapançadan istifadə edirsiniz.

MƏDƏNİ OLMAQ

Təhsil, özünütərbiyələndirmə, tərbiyələnmə ana-dangəlmə keyfiyyətlərin cəmindən ibarətdir. Kitabla dostluq, elm, bilik və məlumatlı olmaq insanı çox yüksəldir. Təəssüf ki, insan şüurlu həyatı boyu milyonlarla kitabdan yalnız 5 minini oxuya bilər. Kitab mədəniyyət nişəsidir. Kitabsız ev-vəhşilər evidir. Təəssüf ki, hələ də kitab "xəstəliyi" davam edir. Bəziləri kitabı oxumaq üçün deyil, dəb olduğu üçün yığırlar. Nəzərə almaq lazımdır ki, bu gün kitab oxumağa o qədər üstünlük verilmir. Çünki insanlar saatlarla televizor qarşısında əyləşib, hazır məlumatlar əldə etməyə daha çox üstünlük verirlər.

Cəmiyyətdə insanlar daim bir-biri ilə sosial, mənəvi, iqtisadi və s. münasibətlərdə olurlar.

Etiket qaydaları ilə tanışlıqdan sonra belə nəticəyə gəlmək olar ki, bunlarsız ailədə və işdə normal insanı münasibətlər yaratmaq mümkün deyil. Davranış qaydalarına riayət edənlər ədəbli və tərbiyəli hesab olunurlar və bundan özləri də məmnun qalırlar. Nəhayət:

Tərbiyəli insan kimdir?

Müdrilər belə deyiblər: "Tərbiyəli insan o şəxslərdir ki, cəmiyyətdə öz yerlərini tapır və ünvanlarına xoş sözlər deyilir".

Tərbiyəli insan bir çox keyfiyyətlərlə yanaşı aşağıdakılara malikdir:

– Özgəsinə hörmət edərkən, özünə qarşı da hörmət hiss edir.

– Həmkarlarına qarşı kimsə düzgün mövqedə dayanmayanda onun tərəfini saxlayır, müdafiəsinə hazır olur.

– Özgəsinə etibar etməməklə onu alçaltmır.

– Əsəbiliyi, kin-küdurəti özündə sakitləşdirmək qabiliyyətinə malikdir.

– Elm qarşısında baş əyir.

- Dediği sözün üstündə durmağı bacarır.
- Münaqişəni davaya yox, zarafata çevirə bilər.
- Ədəbsiz hərəkətlərə yol vermir.
- Dövlət himni çalınanda papağını çıxarmağı yaddan çıxarmır.
- Vəqəndə alt yeri qadınlara verir.
- Görüşə təyin olunmuş vaxtda gəlir.
- Küçədə papiros çəkmir və külü döşəməyə tökmür.
- Küçədə gedənlərin üzünə diqqətlə baxmır və geriye dönüb, o yan-bu yana boylanmır.
- İctimai yerdə yüksəkdən danışmır.
- Xoşladığı xərəyi əvvəl başqasına təklif edir və sonra özü yeməyə başlayır.
- Süfrə ətrafında çəngəl-bıçaqla sakitliyi pozmur və ağzını marçılatmır.
- Öz mənliliyini qoruyur, lovğalıq etmir.
- Rəsmi və qeyri-rəsmi görüşlərdə özünü aparmağı bacarır.
- Xidmətlərini şişirtmir.
- Az danışır və qulaq asmağı bacarır.
- Özünü aparmağı bacarır.
- Özündə olan müsbət və mənfə cəhətləri düzgün qiymətləndirir.
- Kobud şəxslərə qarşı kobudluq etmir.
- Rəisinə yaltaqlanmır.
- Məsuliyyətini başqasının üstünə atmır.
- Ətrafdakılara işinin ustası olmasını sübut etmək bacarığına malikdir.
- Ədalətsiz incikliyi bağışlayır.
- Məktuba vaxtında cavab verir.
- Mənasız işlərə vaxt sərf etmir.
- İnsanları bezdirmir.

“YOX” DEMƏYİ ÖYRƏNİN

Çoxları nədənsə, “yox” deməyə çətinlik çəkirlər. “Yox” deməyi də öyrənmək lazımdır. “Yox” demək üçün komplementdən başlamaq, sonda isə çox yumşaq tərzdə “yox” demək lazımdır.

Qonaq çağrılıbsınızsa və getmək fikriniz yoxdursa, belə demək olar: “Sizdə olmaq heç nə ilə müqayisə edilməyən böyük xoşbəxtlikdir. Çox təəssüf ki, bu gün təxirəsalınmaz başqa işlərim də var”.

Dəvəti qəbul etməzdən əvvəl təşəkkürünüzü bildirin və deyin: “Bu çox yaxşı fikirdir. Təəssüf ki, bu təklifdən istifadə edə bilməyəcəyəm. Çünki bu saatda məşğulam”. Belədə müsahibiniz Sizdən inciməz. Ümid edər ki, növbəti dəfə təklifini qəbul edəcəksiniz.

Qəti qərar qəbul etməmişdən əvvəl vaxt əldə etmək üçün söhbəti yubandırın: “İcazə verin bir az fikirləşim”. Belə deməklə, vaxt əldə edib, onu psixoloji cəhətdən hazırlamış olarsınız. Qısa belə də demək olar: “Bu mənə əl vermir”. Hər bir mədəni şəxs bundan sonra heç bir söz deməməli, əlavə söz-söhbət yaratmamalıdır.

KİŞİLƏR ÜÇÜN BİR NEÇƏ ƏDƏB QAYDALARI

- Küçədə qadınların sol tərəfində getməlidirlər;
- qadını müşayiət edərkən, papiros çəkməməlidirlər;
- iki nəfər qadını müşayiət edərsə, ortada getməlidir. Əgər qadının biri digərindən xeyli yaşlı olarsa, ortada getməlidir;
- cüt gedərkən, qadınların arxasında getməlidirlər;
- mənzilə birinci qadın daxil olmalıdır;
- pilləkandan düşərkən, ona yaxın olan qadınan

bir-iki pillə qabaqda, pilləkandan qalxarkən isə bir-iki pillə arxada getməlidir;

– ictimai nəqliyyatda qadın ayaq üstə dayanıbsa, kişi əyləşməməlidir;

– qarderobda qadına üst paltarını çıxarmaqda kömək etməlidir;

– masa arxasından (süfrədən) durarkən, əyləşdiyi stulu yerinə qoymalıdır;

– qadın durarkən, ona kömək etməli, stulunu çəkməli və sonra stulu qaytarıb, yerinə qoymalıdır;

– qadını taksi və ya öz maşını ilə aparırsa, küçə qapısından içəri daxil olana qədər gözləməlidir;

– avtomaşından birinci düşməli və qadının düşməsinə də kömək etməlidir.

QADIN KİŞİYƏ NƏ VAXT YOL VERİR?

- ictimai nəqliyyatdan düşəndə;
- kinoda və teatrda öz yerinə keçəndə;
- yaşlılara;
- liftə daxil olanda;
- pilləkandan düşəndə.

CAVANLIĞIN SİRRİ

Həmişə cavan qalmaq üçün nə etmək lazımdır?

1. Az yemək;
2. Tez-tez balıq yemək;
3. Çox su içmək;
4. İdmanla məşğul olmaq;
5. Mümkün qədər çox gəzmək;
6. Təmiz havada nəfəs almaq;
7. Lazımı qədər yatmaq;
8. Çox gülmək;
9. Kökəlməmək;
10. 40 yaşında doğmaq;

11. Səyahətə çıxmaq;
12. Gənc yaşında nənə olmaq;
13. Həyatı sevmək.

Lazım deyil

1. Çox yemək;
2. Spirtli içki içmək;
3. Papiros çəkmək;
4. Evdə oturmaq;
5. Saatlarla televizora baxmaq;
6. Fikrə dalmaq;
7. Ətrafdakılara qaş-qabaq sallamaq;
8. Tünd geyinmək;
9. Hündür daban çəkmə geyinmək;
10. Yumor hissini itirmək;
11. Cavanları söymək;
12. Yeniliklərdən qorxmaq;
13. Hisslərinə qənaət etmək.

(Fransız jurnalından)

100 İL YAŞAMAQ İSTƏYİRSİNİZMİ?

Bunun üçün aşağıdakılara əməl edin:

- yataqda çox qalmayın. 100 yaşı haqlayanların əksəriyyəti bütün ömrü boyu sübhədən yuxudan durublar;
- çox yeməyin, köklük ömrü qısaldır;
- fəal olun, xüsusi ilə təqaüdə çıxanda;
- həyatdan ləzzət almağa çalışın;
- mümkün qədər həblərdən az istifadə edin;
- hər gün banan yeyin;
- kefsizliyinizi fiziki iş görməklə aradan qaldırmağa çalışın;
- yorğunluğu çıxarmaq üçün yarım saat vanna qəbul edin;
- həmişə eyni vaxtda yatmayın, hərdən bir gecələr televizora baxın, qonaq gedin, dostlarınızı qonaq çağırın. Bunlar keçirdiyiniz sarsıntıya həb qədər müsbət təsir göstərir.

YETKİNLİKDƏN UZUN ÖMRƏ DOĞRU

45-60 il orta yaş;
60-75 il qocalığın başlanğıcı;
75-90 il qocalıq yaşı;
90 il və daha çox uzun ömür.

XÜSUSİ MÜNASİBƏT

Nənə-Baba

Ata-Ana

Qız nəvəsi-Oğul nəvəsi

Bu barədə dörd məsləhət:

1. Valideynlər uşaqlarına tərbiyə verərkən, nənə və baba qarışmamalı və ya əksinə;
2. Valideynlər cəza verərkən, nəvəyə rəhminiz gəlməməli;
3. Böyükləri kiçiklər yanında pisləməməli;
4. Valideynləri uşaqların yanında tənqid və tənbeh etməməli.

QOHUMLUQ LÜĞƏTİ

Qayın-	arvadın qardaşı, ərin qardaşı;
Dayı-	ananın qardaşı;
Əmi-	atanın qardaşı;
Xala -	ananın bacısı;
Bibi-	atanın bacısı;
Arvad-	ərli qadın (öz ərinə görə);
Bəy-	gəlini olan kişi;
Baldız -	ərin bacısı, qadının bacısı;
Kürəkən, yeznə	- qızın əri, bacının əri, baldızın əri;
Kirvə-	uşaq sünnət olunarkən, onu tutan adam;
Əmi oğlu-	atanın qardaşının oğlu;
Dayı oğlu-	ananın qardaşının oğlu;
Bibi oğlu-	atanın bacısının oğlu;

Xala oğlu-	ananın bacısının oğlu;
Əmi qızı-	atanın qardaşının qızı;
Dayı qızı-	ananın qardaşının qızı;
Bibi qızı-	atanın bacısının qızı;
Xala qızı-	ananın bacısının qızı;
Gəlin-	nişanlı qız, ərli qız, qardaş arvadı, oğulun arvadı;
Qardaş oğlu-	qardaşın oğlu;
Bacı oğlu-	bacının oğlu;
Bacı qızı-	bacının qızı;
Qardaş qızı-	qardaşın qızı;
Qudalar-	oğlan və qızın (bəyin və gəlinin) valideynləri arasındakı qohumluq münasibətləri;
Qayınata-	ərin atası, arvadın atası;
Qayınana-	ərin anası, arvadın anası;
Bacanaq-	arvadın bacısının əri (baldız əri).

TOYUN İLDÖNÜMLƏRİ VƏ YUBİLEYLƏR

Toydan illər, on illər keçir. Çox da uzaq olmayan gümüş və qızıl toylar. Ancaq hər yubiley ilinin ailə yaşayışının bir hissəsi olaraq, özünəməxsus gözəlliyi var. Bu yubiley xalq arasında artıq öz tərifini və simvolunu tapıb.

Toydan bir il sonra- çit (tənzif, pambıq) toy

Nigah günü - təntənə, dostlar, gül dəstələri, musiqi sədaları hələ yaddan çıxmamışdır. Evlənənlər bu gün bir-birinə çit örpəklər bağışlayırlar.

İkinci il- kağız toy

Üçüncü il- dəri toy

Bu gün bir-birinə dəridən düzəldilmiş hədiyyə bağışlanılır.

Beşinci il - ağac (taxta) toy

Yubiley toyudur. Mücrü, şamdan hədiyyə edilir.

Yeddinci il - mis toy

Mis qiymətli metaldır. Ancaq nəcib metal deyil. Ər-arvad gələcək xoşbəxtlikləri naminə bir-birinə mis pul bağışlayırlar. Onlara misdən düzəldilmiş bəzəkli əşyalar hədiyyə edilir.

Səkkizinci il- tənəkə toy

Bu gün əsas diqqət parıltılı mətbəx əşyalarına yönəlir. Hədiyyələrin sırasında keks bişirmək üçün formalı qablar da nəzərdə tutulur.

Onuncu il- qızılgül (qalay) toy

Nigahda iştirak edənləri qonaq çağırırlar. Ər arvadına al qırmızı rəngdə çiçək dəstəsi hədiyyə edir.

On ikinci il - nikel (forfor) toy

Ər-arvad nigahlarının parlaqlığını yaddan çıxarmamalıdırlar.

On beşinci il - büllur (şüşə) toy

Rəfiqələri ər və arvada büllur əşyalar hədiyyə edirlər. Bu o deməkdir ki, ərle arvad arasında münasibətlər büllur kimi təmiz olmalıdır.

İyirminci il - çini toy

İyirmi beşinci il - gümüş toy

Otuzuncu il - mirvari toy

Qırxıncı il - yaqut toy

Əllinci il- qızıl toy

Yetmiş beşinci il - brilyant toy

MÜBAHİSƏDƏN UZAQ OLMAQ ÜÇÜN MƏSLƏHƏTLƏR:

- Ər və ya arvad mübahisəni dərinləşdirməməli, incikliyi yada salmamalı və bağışlamağı bacarmalıdır.

- Ər və ya arvad düzgün hərəkət etmədiklərini etiraf etməlidirlər.

- Ər arvadına qarşı sevgisini və məhəbbətini gizlətməməli, utanmamalıdır.

- Ər ehtiyatlı və xoşxasiyyət olmalı, arvadını fiziki və emosional ağırlıqdan qorumaq lazımdır.

- Ər evin bütün ağırlığının onun üzərində olduğunu arvadın başına qaxmamalıdır.

- Mübahisə zamanı kişi güclü cins olduğundan birinci o güzəştə getməlidir.

- Arvad ərinə işə çox vaxt sərf etdiyinə görə təqsirli hesab etməməlidir.

Arvad ərinin xoşuna gəlsin deyə, evdə də qəşəng (zərif) geyinməlidir.

- Seks uyğunluğu ailədə mübahisənin qarşısını almalıdır.

- Ər və ya arvad bir-birini yenidən tərbiyələndirməməli və moizə oxumamalıdır.

QONAQ GETMƏYƏ HAZIRLAŞIRIQ

Qonaq gedən qadın adı günlərdə olduğundan daha yaxşı görünmək istəyir. Bunun üçün qadın nə etməlidir?

İri qazanda su və çay qaynadılır. Çay və su qaynayanadək, duş qəbul edilir. Duşdan sonra üzün dərisi yağlı krem, kefir və ya qatıqla təmizlənir. İki-üç dəqiqədən sonra üz isti su ilə yuyulur və qurumamış üzərindən duru, yağlı (qidalı) krem çəkilir.

Su qaynayandan sonra yumşaq əl-üz dəsmalı isti suda sıxılır və üzə kompres qoyulur. Bu 2-3 dəfə təkrar olunur. Hər dəfə azacıq krem əlavə edilir. Sonra qısa müddətdə limon dilimi və ya turşulu su soyuq kompres şəklində üzün dərisinə sürtülür.

Nəm dəriyə yenidən krem çəkilir. Nəticədə üzün dərisi çəhrayı və yumşaq şəkil alır.

Bundan sonra təzə dəmlənmiş çaya iki qaşığı bal və limon dilimini əlavə edib, içmək olar.

Yalnız bunlardan sonra azacıq qrim çəkilməlidir. Pomada, ənlik-kirşan və dırnaq lakı bir rəngdə olmalıdır. Gözə çəkilən kölgəlik gözün rənginə uyğun olmalıdır. O paltara uyğun seçilməlidir. Paltar qara rəngdədirsə, ənlik-kirşan açıq rəngdə olmalıdır. Çəh-

rayı paltara solğun rəng seçilməlidir. Ağ paltarla azacıq tünd parlaq rənglər gözəl görünür. Mavi paltara çəhrayı rəng uyğun gəlir. Dırnaq lakı açıq rəngdə olmalıdır. Sədəf rəngində olmamalıdır.

ÇAY VERƏRKƏN

Çay fincanda daha gözəl görünür. Çay süzülmüş fincan əlin çeçələ barmağı qaldırılmadan bütün barmaqlarla tutulur.

Çay qaşığı qəndi qarışdırmaq üçündür. Sonra isə qaşığı nəlbəkiyə qoyulur.

İsti çayı və qəhvəni qaşığıla içmək olmaz. Onların soyumasını gözləmək lazımdır. Həmçinin isti çayı və qəhvəni üfürmək də olmaz.

Çay və qəhvə içərkən, yalnız stəkan və ya fincan qaldırılır, nəlbəkiyə isə toxunulmur.

İçərisinə limon atılmış çay qaşığıla qarışdırılır. Sonra limon stəkandan çıxarılıb, nəlbəkiyə qoyulur. Limon stəkanda qalsa, daha yaxşı olar. Çay içilir, limon isə yeyilmir.

Paket ilə dəmlənən çayın rəngini özümüz müəyyən edirik. Çay dəm alandan sonra paket çıxarılıb, nəlbəkiyə qoyulur. Paket külqabına qoyulmamalıdır. Sonra çaya qənd salıb, içmək də olar.

Saman çubuğu ilə içilən içkiləri sona qədər sormuruq, çünki boş saman çubuğu fit səsi çıxarır.

KOKTEYL

Kokteyli hər bir şəxs özü hazırlaya bilər. Bunun üçün həmin şəxsin fantaziyası böyük rol oynayır. Kokteyl hazırlamaq üçün bir neçə növ şərab, şirə, buz, təbii və ya süni küləş lazımdır.

Meyvə şirəsi ilə hazırlanacaq kokteylə əvvəl meyvə şirəsi tökülür. Tərkibində meyvə şirəsi və yumurta

olan kokteyli yaxşı qarışdırmaq üçün xüsusi qarışdırıcıdan istifadə edilir. Digər tərkib hissələrini (inqriyadentləri) soyutmaq üçün buzla qarışdırılır. Likördə qənd çətin əridiyi üçün ona bir-iki qaşiq su əlavə edilir. Sodalı suda qənd daha tez əriyir.

Şərbət hazırlamaq üçün yarım litr suda 450 qram qənd qarışdırılır.

Kokteyli soyuq halda təqdim etmək üçün stəkan soyuducuya qoyulmalıdır.

Kokteyldə istifadə edilən buz parıldasın deyə, üzərinə isti su tökülür.

Qarışıq kənara sıçramasın deyə, buz stəkana əvvəldən qoyulur, sonra üzərinə digər qarışıqlar tökülür.

Limon 15 dəqiqə soyuducuya qoyularsa, yaxşı sıxılar və çox şirə verir.

Kokteyl buzlaşmış stəkanda verildə çox effektiv olur. Bunu belə etmək olar: stəkan suya salınır, sonra soyuducunun buzlağına qoyulur. Yaxud stəkanın kənarı limon şirəsi ilə isladılıb, şəkər pudrasına salınır və soyuducuya qoyulur. Bu zaman stəkanın kənarı qırov ilə örtülür.

Kokteyl stəkan və badələrdə, təbii və ya süni küləşlərlə verilir.

Maraqlananlara bir neçə məsləhət:

Alkoqollu və alkoqolsuz kokteyllərin hazırlanması:

1 xörək qaşığı şəkər pudrası;

1 yumurta sarısı;

1 likör qədəhi viski;

1 likör qədəhi maderə.

Üzərinə soyuq süd tökün, qarışdırın, mikserə tökün, bağlayın, çalın və küləşlə verin.

1 çay qaşığı şəkər pudrası;

1 yumurta sarısı;

1 likör qədəhi viski;

1 likör qədəhi maderə.

Yaxşı qarışdırıb, qaynar süd əlavə edin, yenə qarışdırın, çalın və qaşıqla verin.

Badəyə

1 çay qaşığı şəkər pudrası və ya sirop;

həvəngdə döyülmüş 3 və ya 4 nanə yarpağı;

1 maderə qədəhi su tökün.

Əzilmiş yarpaqları çıxarıb, 1 maderə qədəhi viski əlavə edin və 3/4 qədər xırdalanmış buzla doldurun. Şəkəri stəkana tökün və meyvə ilə qarışdırın. Portaqal dilimləri və nanə yarpağı ilə bəzəyin, küləşlə verin.

Stəkana

1 çay qaşığı şəkər pudrası;

azacıq su (onu əritmək üçün);

1/4 limon şirəsi;

1 likör qədəhi qədər viski tökün.

Əzilmiş buzla doldurub, qaşıqla qarışdırın. Dadlı olması üçün meyvə ilə bəzəyin və küləşlə verin.

Stəkana

1/4 qədər əzilmiş buz;

1 xörək qaşığı limon şirəsi;

1 xörək qaşığı badam südü;

1 likör qədəhi viski tökün.

Mikserə tökün və çalın. Hazır kokteyli stəkana süzün və küləşlə verin.

- 1 çay qaşığı portağal şirəsi;
- 1 xörək qaşığı şəkər pudrası;
- 1 xörək qaşığı su;
- 1 likör qədəhi rom;
- 1 maderə qədəhi konyak;
- 3/4 qədər əzilmiş buz

mikserdə çalınır və stəkana süzülür. Meyvə və portağal dilimləri ilə bəzənir, küləşlə verilir.

- 1 xörək qaşığı limon şirəsi;
- 3/4 maderə qədəhi badam şirəsi;
- 1 maderə qədəhi konyak;
- 3/4 qədər xırdalanmış buz

mikserə tökülür və çalınır. Meyvə və portağal dilimləri ilə bəzənir. Sonra 1/2 likör qədəhi qədər qırmızı portveyn əlavə edilir, lakin qarışdırılmır.

- 1 çay qaşığı limon şirəsi;
- 1 xörək qaşığı şəkər pudrası;
- 1 xörək qaşığı su;
- 1 likör qədəhi rom;
- 1 likör qədəhi konyak;
- 3/4 qədər xırdalanmış buz

mikserdə çalınır, meyvə və limon dilimləri ilə bəzənir, küləşlə verilir.

Stəkanda

- 1/4 qədər xırdalanmış buz;
- 1 çay qaşığı şəkər pudrası;
- 1 çay qaşığı soyuq su;
- 1/2 maderə qədəhi xeres çalınır və küləşlə verilir.

Stəkana

1/2 xırda buz

1 xörək qaşığı şəkər pudrası

1 limonun şirəsini tökün, sonra oraya soyudulmuş pivə əlavə edin və qaşığı ilə qarışdırın. Meyvə, portağal və ya lumu parçaları ilə bəzəyin, küləşlə verin.

Meyvə yuyulub, nazik dilimlərə doğranılır. Bir neçə nazik dilim qarpız və ya yemişi, bir neçə çiyələk və zeytunu, 150 qram şəkər pudrasını bir saat müddətinə buzun üzərində saxlayın. Üzərinə bir butilka qırmızı bardo tökün. İki butilka şampan və bir çimdik hil götürün. Bu qarışığı odun üzərində qaynadın. Sonra buzluğa qoyun. Soyuduqdan sonra meyvə ilə bəzəyib, stəkanlarda verin.

Qızdırılmış stəkana 10 qram şəkər pudrası tökün. Üzərinə 25 qram konyak və ya likör, sonra isti süd əlavə edin və qarışdırın. Hazır kokteylə əzilmiş muskat fındığı səpin və isti halda təqdim edin.

40 q. Şartrez likörünü

40 q. konyakla;

10 q. meyvəylə;

5 q. limon şirəsi ilə və buzla qarışdırın. Sonra isə meyvə ilə bəzəyin və küləşlə verin.

30 q. likör;

20 q. konyak;

15 q. meyvə;

15 q. limon şirəsi və buz

mikserə tökülür və çalınır. Sonra isə 50 q. şampan əlavə edilir, meyvə ilə bəzənib, buzla verilir.

6 banan;
75 q. şəkər;
1/4 l su;
azacıq vanil;
20 q. rom.

Şəkərdən şərbət hazırlamalı. Bananı təmizləyib, 3-5 dəqiqə şərbətdə qaynatmalı, qablara töküüb, rom və şirə əlavə edib, təqdim etməli.

0,5 l soyuq süd;
4 yumurta sarısı;
1 limon;
150 q. şəkər pudrası.

Limonu yuyub qabığına təmizləyib, xırda-xırda doğrayıb, mikserə tökməli. Mikseri 0,5 dəqiqə işə salmalı. Belə kokteyl buzla bərabər verilir.

3 stəkan süd;
2 qaşığı kakao;
3 qaşığı şəkər;
0,5 qaşığı vanil;
3 yumurta sarısı.

İki qaşığı kakaonu üç qaşığı şəkər və bir stəkan südlə qarışdırmalı. Qalan süddə vanili əridib, kakaonun üzərinə tökməli. Sonra alınan qarışığı mikserə töküüb, üzərinə yumurtanın sarısını əlavə edib, yenidən mikserdə çəlməli.

ƏDƏBLƏ İÇMƏYİ BACARIRIQMİ?

Hansı şərablar bir dəfəyə, hansıları qurtum-qurtum içilir?

Araq və şampan axıra qədər içilir. İçki nə qədər tünd olarsa, qədəh bir o qədər kiçik götürülür. Araq və likör 50, konyak 30 qramlıq qədəhlərdə içilir. Konyak qədəhlərinin yuxarı hissəsi ensiz olmalıdır. Bu ona görədir ki, qədəhi əlimizin hərərəti ilə istiləşdirə bilək. Nəticədə konyakın yaxşı ətri gəlir və bu qoxu uzun müddət qədəhdə qalır. Araq və şampan soyudulmalıdır.

Şampan süfrəyə açılmamış verilir. Şampanın süfrədə partladılmasından çoxları fərəhlənir. Bu ədəbsizlikdir. İçki elə açılmalıdır ki, səs-küy olmasın. Salfetkanın kənarı ilə tıxacı bağlayıb, şampanı sol əllə tuturuq. Sağ əllə tıxacın məftilini açırıq. Sol əli asta-astə tıxacdan çəkirik. Axırınıcı dəfə fırladanda butulkəni kənara yönəldib, ondakı təzyiqi ehtiyatla buraxırıq. Bu halda butulkəni möhkəm saxlamaqla, yəni əyib butulkədə qalan qazı buraxırıq. Belə vəziyyətdə içkidən bir damcı da yerə tökülmür.

Şərabların təsnifatı aşağıdakı kimidir: süfrə (ağ, qırmızı), desert (tünd və şirin), köpüklənən, qazlı. Hər bir şərab özünəməxsus qoxuya, dada, rəngə və tündlüyə malikdir.

Şərab qəlyanaltı ilə içilmir, qəlyanaltı şərabla yeyilir. Qəlyanaltı şərabə görə verilmir, şərab qəlyanaltıya, yeməyə və deserta görə seçilir. Məsələn, soyuq qəlyanaltıya konyak deyil, araq və ya araqdan hazırlanmış içkilər verilir. Balıqdan hazırlanmış xörəyə azacıq soyudulmuş turş şərab, ət xörəyinə ev hərərətində olan qırmızı turş şərab, desertə şampan və ya desert şərabı, qəhvəyə konyak və ya likör verilir.

SÜFRƏDƏN NƏYİ ƏLLƏ GÖTÜRMƏK OLAR?

- Qəndi (əgər maşa olmasa).
- Bulkanı, pirojnanı (bərək), peçenini.
- Konfeti.
- Meyvəni.
- Çörəyi.

APERİTİV NƏDİR?

Aperitiv süfrə başına yığılmamışdan əvvəl qonaqları məşğuletmə üsullarından biridir. Aperitiv maraqlı söhbət üçün imkan yaradır, yeməkdən əvvəl qonaqların iştahını açır. Aperitiv çox vaxt süfrə açılmamışdan əvvəl qonaqları azacıq tünd desertə və ya soyuq içkilərə qonaq etmək məqsədi daşıyır.

Aperitiv yalnız naharda və ziyafətdə təklif olunmur. Bəzi dövlətlərdə aperitiv nahardan sonrakı çay zamanı, İngiltərə və Amerikada isə hər (səhər yeməyindən başqa) yeməkdə verilir.

Aperitivə hansı içkiləri təklif etmək olar? Ən yaxşısı şampandır. Son vaxtlar zövqə görə fransız, ispan, italyan və alman şarabları təklif edilir.

Yeməkdən qabaq turş və kəməşirin şerri verilməsi bir ənənəyə çevrilib. Nahara azacıq araq, viski, konyak, şam yeməyinə isə tünd çaxır verilir.

Bəziləri belə hesab edirlər ki, aperitivə birinci xörəyə və ya qəlyanaltıya verilən şarabları vermək lazımdır. Lakin bu vaxt şirin şarab verilməməlidir. Ən çox yayılmış aperitiv kokteyl hesab edilir. Sənətkarların fikrincə buzlu bermutun meyvə şirəsi ilə qatışıqı ən yaxşı aperitivdir.

Müxtəlif çeşidli şarablardan, xüsusilə masandra-dan, portveyndən, Gürcüstan və Moldav turş çaxırından, Rıqa qara balzamından və s. istifadə etmək olar.

İsti havalarda sərinləşdirici içkilər bərabər nisbətə ağ şarab, mineral su və təmizlənmiş meyvə dilimləri ilə verilir.

Yayda turş ağ şarab ilə qara qarağat konyakı və ya şirə vermək qəbul olunmuşdur.

Aperitiv kiçik sinidə, tünd içkilər qədəhlərdə (35-50 qr), desert və ətirləşdirilmiş şarablar reynveyn və lafit badələrində, qarışdırılmış içkilər tublərdə (kokteyl badələri) verilir. Kokteyl saman çubuğu ilə içilir.

Əgər aperitiv qonaq otağında, kabinetdə və eyvan-da qonaqların divanda, kreslolarda əyləşdikləri vəziyyətdə verilsə, xüsusi arabadan istifadə edilsə, yaxşı olar.

Badələr qonaqlara təqdim edilərkən, onların altına bəzəkli kağız və ya karton badə altlığının qoyulması yaxşı olar. İşlədilmiş badələr arabanın alt rəfinə qoyulur.

Bəzi qonaqların gecikməsi nəzərdə tutulursa, aperitivə qovrulmuş fındıq, qoz, duzlu badam, duzlu çubuq, meyvə, ədavalı tərəvəzlər verilir.

HƏR İÇKİNİN ÖZ BADƏSİ OLMALIDIR

- Qırmızı turş şaraba hündür dayanıqlı, ağ şaraba isə eyni ilə o cür, lakin bir qədər kiçik badələr məsləhət görülür;

- desertlər çox da böyük olmayan dəyirmi qədəhlərdə;

- xores şarabları çox da böyük olmayan ensiz qədəhlərdə;

- şampan kubok formalı ensiz və ya fincana oxşar nazik uzun dayanıqlı enli badələrdə;

- aperitiv, kokteyl, likör və ya konyak müxtəlif formalı kiçik qədəhlərdə verilməlidir.

Viski üçün qədəhin alt hissəsi qalın şəffaf olmalıdır ki, az həcmli içki çox görünsün.

Ən kiçik qədəhlər araq üçün müəyyən edilib.

Punş üçün hündür, enli və qalın şüşə qədəhlər götürülməlidir ki, qədəh isti içkidən çatlamasın.

Alkoqolsuz içkilər, mineral sular, şirələr üçün stəkana oxşar xüsusi hündür badələrdən istifadə olunur.

İLK YEMƏK DƏSTİ NƏ VAXT YARANMIŞDIR?

İlk dəfə bıçaq icad olunub. Bu b.e.-dan 50 min il əvvəl əvvəl olub. Ancaq əsas yemək dəsti kimi yox, insanlara lazım olan ən qədim alət kimi. Yemək dəsti kimi bıçaqdan b.e.-dan 8-10 min il əvvəl istifadə etməyə başlayıblar. Belə bıçaqlar daşdan düzəldilib. Bundan sonra tunc bıçaqlardan istifadə olunub. B.e.-dan min il əvvəl isə dəmirdən düzəldilmiş bıçaqlar dəbə düşüb.

Yemək dəstinin ən mühüm və geniş yayılmış növü olan qaşıq isə b.e.-dan təxminən üç min il əvvəl 3-cü neolit dövründə yanmış gildən düzəldilmişdir. Sonralar qaşıq tuncdan, buynuzdan, daha sonra isə qızıl və gümüşdən düzəldilmişdir.

Çəngəl, bıçaq qaşıqdan xeyli sonra yaranmışdır. XI əsrdə icad olunan qızıl çəngəl biz şəklində olub, dəstəyi isə fil sümüyündən hazırlanmışdı. Bu çəngəl Bizans şahzadəsi üçün nəzərdə tutulmuşdu.

Son zamanlar isə İngiltərədə balıq üçün ayrıca bıçaq düzəltməyə başlayıblar.

UŞAQLAR SÜFRƏDƏ ÖZLƏRİNİ NECƏ APARMALIDIRLAR?

Uşaqlar süfrədəki çəngəl-bıçaq dəstindən düzgün istifadə etməli və yemək qaydalarını öyrənməlidirlər.

Masa ətrafında düz oturmalı, süfrədə dirsəklənməməli, o yan-bu yana fırlanmamalı, süfrə ilə oynamaq və onu çəkməməlidirlər.

Xörəyin verilməsini gözləməli, çörəyə əl vurmaq, süfrədəki çəngəl-bıçaq dəstinə toxunmamalı və stəkanı stəkana vurmamalıdırlar.

Şorba isti olarsa, onu üfürməməli, marçıltı ilə yeməməlidirlər.

Çörəyi bıçaqla kəsməməli və dişləməməlidirlər.

Onu əllə kiçik tikələrə bölüb yeməlidirlər.

Qaşıq və bıçaq sağ əllə, çəngəl isə sol əllə tutulmalıdır. Yalnız xörək çəngəl ilə yeyiləndə sağ ələ alınır. Bıçaq isə əldə saxlanılmalıdır. Kəsilməyən xörəkləri yeyəndə çəngəl sağ əllə tutulur.

Bıçaqla kəsilən ət və başqa xörəkləri xırda-xırda bölüb yemək düzgün deyil. Belə yeməklərdə bir tikəni bıçaqla kəsib yeyəndən sonra o birisi kəsilir.

Bıçağı ağıza almaq, dişdə qalan yeməyi çəngəllə çıxarmaq olmaz.

Yeyib qurtarandan sonra bıçaq və çəngəli süfrəyə qoymaq olmaz. Onlar tutacaqları sağ tərəfə olmaqla boşqaba qoyulur.

Ağzı dolu vəziyyətdə danışmaq olmaz.

QAŞIQDAN İSTİFADƏNİ VƏ FİNCANDAN İÇ- MƏYİ UŞAQLARA NƏ VAXT ÖYRƏTMƏLİ?

Körpə 7-8 aylığında əlinə verilən şeyləri tuta bilirsə, deməli, onlara müəyyən qədər "etibar" etmək olar. Uşaqlar üçün yüngül, həm də davamlı fincan almaq lazımdır. Fincanı əvvəlcə körpənin əlinə boş vermək lazımdır. Fincanı əldə tutmağı öyrənəndən sonra, oraya su və ya şirə əlavə edilməlidir. Su və şirə tədricən artırılmalıdır. Sonra uşaq bu işi böyüklərin köməyi olmadan yerinə yetirməlidir. 8-9 aylıq uşaq özünə "xidmət" edə bilər.

QONAQ UŞAQLIDIRSA

Dostlarınızı və qohumlarınızı uşaqları ilə birlikdə qonaq dəvət edibsinizsə, bu vaxt uşaqlar böyüklərdən nümunə götürürlər. Yadda saxlayın ki, uşaqlara göstərilən diqqət və qayğı uzun müddət onların yaddaşında qalacaq.

Məsələn, kokteyl qonaqlığı uşaqlar üçün sözün əsl mənasında kokteyl gecəsi olmalıdır. Çünki uşaqlar kokteyli çox sevirlər. Xüsusilə tərkibində dondurma, qazlı su, yumurta sarısı, buz və meyvə olan kokteyli.

Kokteyl qonaqlığında uşaqların ayrı otaqda oturmaması daha yaxşı olar. Onlar üçün silindr formalı bədələr seçilir. Yaxşı olar ki, bədələr bəzəkli və ya rəngli olsun. Uşaqlara büllur qablarda kokteyl verilməsi məsləhət deyil. Uşaqlar üçün açılmış süfrədə kağız və ya kətan salfetka olmalıdır. Süfrəyə meyvə üçün nimçələr də düzülməlidir.

QADINA (HƏYAT YOLDAŞI) "QONAQ" GETMƏK

Keçmişdə imkanlı ər və arvad ayrı-ayrı otaqlarda yatırdılar. Onlar yalnız bir-birinə "qonaq" gədirdilər. Bu təsadüfə deyildi...

Çünki bir yataqda yatan ər-arvad arasında daim enerji mübadiləsi gedir. Birinin enerjisi digərinə müsbət təsir edirsə, bu yaxşıdır, mənfi təsir göstərsə, deməli, ayrı-ayrı yorğanda yatmaq məsləhətdir. Belədə onlar arasında enerji mübadiləsi azalar və hər ikisi olduqca mənalı istirahət edərlər.

Uşaqların ayrı otaqda yatması məsləhətdir. Bəzən evdəki şəraitsizlikdən uşaqlar nənə və babaları ilə bir otaqda yatmalı olurlar. Bu vaxt çarpayılar arasındakı məsafə dörd metrədən az olmamalıdır. Bu uşaqları bəzi xəstəliklərdən, enerji mübadiləsindən qoruyar.

GEYİMİN BOY-BUXUNA UYGUNLAŞDIRILMASI

Balaca boylu, iri ombalı və iri döşlü qadınlar daha çox tünd rəngə üstünlük verməlidirlər (göy, qəhvəyi, tünd yaşıl). Ayaqqabı isə paltarın rənginə uyğun seçilməlidir. Belə geyimlərdə qadın nisbətən hündür görünür. İri güllü, enli yubkalar (tuman), parlaq rənglər diqqəti daha çox cəlb etdiyindən onlardan qaçın.

Qılçı gödək, uzun bədən adamlarda kəməri enli şalvar və yuxarısı qısa geyim gözəl görünür. Uzun svitərdən və üçbucaq şəkilli dərin kəsiklərdən uzaq olun.

Beliniz yoxdursa, çiyiniz ensizdirsə, qarnınız irəli çıxıbsa, onda bədəninizə yaxşı oturmuş şalvar, yubka və enli jaket geyinməklə bir qədər kök görünə bilərsiniz.

Ayağı və döşü kiçik, ombası enli qadınlar açıq rəngli və enli paltarlara üstünlük verməlidirlər. Döşünüzün qabarıq görünməsini istəyirsinizsə, broşkadan istifadə etməlisiniz.

GƏLİN NECƏ GEYİNMƏLİDİR?

Gəlin paltarı ağ rəngdə olsa, daha yaxşıdır. Lakin mavi, çəhrayı və bej rəngə çalan gəlin paltarları da geyinmək olar. Gəlin bənövşəyi və tünd rəngli paltar geyinməməlidir.

Paltarın uzunluğu dizdən aşağı olmalıdır. Paltar qolsuz və ya qısa qollu olarsa, dirsəyə qədər əlcək geyinilməlidir. Uzun kəsikli, çiyini açıq paltara çiyinlik, şərf və ya uzun duvaq əlavə edilməlidir.

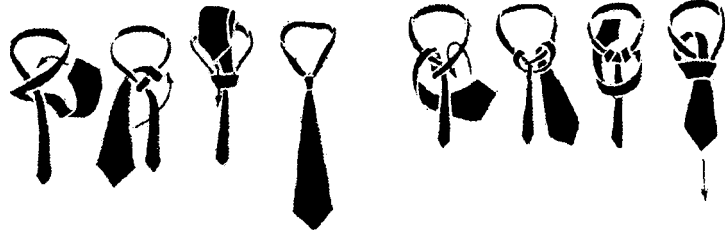
Sərbəst ansamblə fata, şlyapa, örtük daxildir.

Bəy toyda qara kostyumda və başı açıq olmalıdır.

Gəlinin və bəyin geyindiği paltarları toydan sonra da saxlamaq lazımdır. Onları satmaq olmaz. Çünki bu paltarlar Allahdan işiq alıb.

QALSTUKUN BAĞLANILMASI

Qalstuk əsasən kişi geyimi hesab olunur. Lakin qadınlar da onun necə bağlanılmasını bilsələr yaxşı olar.



QADIN ŞALVARININ TARİXİ

Qadın şalvarı 200 ildir dəbdədir. Patriotikliyin yüksəlişi dövründən dəblə gedən bəzi aristokrat fransızlar Fransa və Böyük Britaniya arasında gedən müharibədə iştirak edən orduya öz rəğbətlerini bildirmək məqsədilə salonlara əsgər şalvarlarında, mundirdə, uzunboğaz çəkmələrdə gəlirdilər. Bu gün rəsmi surətdə qadın şalvarının yaranması günü hesab edilir. Ancaq şərqdə qadınlar şalvar geyinməyə çox-çox əvvəldən başlamışlar. Odur ki, qadın şalvarının hansı dövrə yarandığını deməkdə çətinlik çəkirik.

KOSMETİKA

Dekorativ kosmetikadan istifadə edərkən, bunlardan qorunmaq lazımdır:

- Gözə çəkilən xətdən. Bu xətt çox qalın olmamalıdır. Qalın çəkilən xətt gözü kiçik və yorğun göstərir.
- Göz qapağını rəngləməkdən. Qalın çəkilən rəng yaxşı görünmür və gözün kənarındakı qırışıqları aydın göstərir.
- Tuşdan. Tuş bir bərabərdə çəkilməlidir. Su çə-

kən tuşdan istifadə edərkən, birinci qatın qurumasını iki dəqiqə gözləyib, sonra ikinci qatı çəkin. Adi tuşdan istifadə edirsinizsə, onda birinci qatın qurumasını gözləməyib, ikinci qatı çəkə bilərsiniz. Yalnız bundan sonra kiprikləri xüsusi daraqla daramaq olar.

AİLƏ VƏ YAXINLARIMIZA QARŞI VƏZİFƏLƏRİMİZ

Ailə: ər-arvad, ata-ana, uşaqlar və yaxınlardan meydana gələn topluluğun adıdır.

Cəmiyyətin nüvəsi, ən kiçik nümunəsi ailə ocağıdır. Cəmiyyətlər ailələrdən qurulur.

Ailə üzvləri arasındakı qarşılıqlı vəzifələr çox əhəmiyyətlidir. Bunları qaydasıyla yerinə yetirənlər cəmiyyətin davam və əbədiyyətinə xidmət etmiş, yetirməyənlər isə cəmiyyət nizamını pozmuş, fərdi və ictimai tərbiyədən nəsibini almayan bəxtsiz şəxslərdir.

İnsan yaradanına və onun yaratdıqlarına, məmləkətə qarşı borclu olduğu vəzifələri, böyüklərə hörmət, kiçiklərə şəfqət və insanlıq vəzifələrini əvvəlcə ailədə öyrənir. Ailə sevgi və təcrübənin ilk mənbəyidir.

Ailəni təşkil edən fərdlərin qarşılıqlı vəzifələri:

- 1- Ər-arvadın qarşılıqlı vəzifələri,
- 2- Ata-ananın uşaqlarına, uşaqların da ata-anaya qarşı vəzifələri,
- 3- Bacı-qardaşların qarşılıqlı vəzifələri,
- 4- Qohum-əqrəbənin bir-birinə qarşı vəzifələri.

1- Ər-arvad və qarşılıqlı vəzifələri

a) Ər-arvad ailə ocağının iki təməlidir. Bu təməl evlənməklə qurulur. Buna görə də İslamiyyətdə evlənməyin çox böyük əhəmiyyəti var. Ailə ocağının qurulması və cəmiyyətlərin təşəkkülü evlənməklə olur.

Buna görə də Peyğəmbər Əfəndimiz: "Evləniniz, çoxalınız. Çünki mən qiyamət günü digər ümmətlərin qarşısında sizin çoxluğunuzla fəxr edəcəyəm", deyə buyurmuşdur.

b) Bir millətin ən qiymətli xəzinəsi onun sahib olduğu əhalisidir. Cəmiyyətin intizam və təmizlik içində yaşaması və əbədiliyi buna bağlıdır. İnsan möhtac olduğu sərbəstliyi, sakitliyi, ən səmimi sevgi və şəfqət duyğularını ana qucağında, ata ocağında tapır.

v) Həqiqi bir əngəli olmadıqca evlənməyənlər, şəxsi və insani vəzifələrindən qaçmış sayılır. Çünki insan insanlıq fəzilətlərini, şərəfini, müdrikliyini ancaq evlənməklə qoruya bilir.

q) Ailə ocağında kişi evin böyüyüdür. Bunun üçün bütün kənar işləri idarə etmək, evin, ailənin hər cür ehtiyaclarını yerinə yetirmək, bu məqsədlə də bir iş, güc sahibi olmaq məcburiyyətindədir.

Ailədə kişi arvadına din və dünya bilgilərini öyrətmək, qadınlara qarşı hər zaman nəzakətli, mərhəmətli, yumşaq rəftar etməklə vəzifəlidir.

Peyğəmbər Əfəndimiz: “Qadınlara kərim olanlardan başqası ikram etmər. Onlara xəyanət və hörmətsizlik edənlər pis adamlardır”, deyər buyurmuşdur.

Qadın da ailə yuvasının salamat davamı üçün, ərinin evin böyüyü kimi tanınmalı, ona sevgi və hörmətlə bağlanmalı, uşaqlarının sağlamlığına, tərbiyələrinə, biliklərinə əhəmiyyət verməli, ərinin qazancını israf etməməli, evinin tərtib və düzəninə diqqət yetirməlidir.

Evin içində və kənarda ərinə tam bağlı olaraq qalmaqla təmizliyini, namus və şərəfini qorumaq da qadının vəzifəsidir.

Sevgili Peyğəmbər Əfəndimiz: “Qiyamət günündə qadından əvvəlcə namaz, sonra da ərinə itaət edib etmədiyi soruşulacaqdır. Namazını qılan, orucunu tutan, nəfsini haramdan saxlayan qadının gedəcəyi yer doğruca cənnətdir”, deyər buyurmuşdur.

Müsəlmanlıqda ailənin əhəmiyyəti çox böyükdür. Bu yuvanın iki təməli olan ər-arvad qarşılıqlı haqq və vəzifələrini bilib, yoluyla hərəkət edərlərsə, ailə ocağı səadət və nəşə qaynağı olur.

2- Ata-ananın uşaqlarına, uşaqların da ata-anaya qarşı vəzifələri

Dünyaya gəlmələrinə səbəb olduqları balalarını, bağlı olduqları cəmiyyətə və bütün insanlığa faydalı bir fərd olaraq yetişdirməyi qarşılarına məqsəd qoymaları ata-ananın ən mühüm vəzifəsidir.

Bunun üçün uşaqlarını yaşayacaqları gələcəyə görə hazırlamaq məqsədiylə din və dəyanəti öyrənmələrinə, bədən və ruh tərbiyələrinə son dərəcə diqqət etmək ata-ananın borcudur.

Uşaqlarını gəlirlərinə münasib, halalından yedrib geydirmək, onlara qarşı sevgidə, səmimiyyətdə ədalətdən ayrılmaq ata-anaya borcudur. Əziz Peyğəmbər Əfəndimiz: “Uşaqlarınıza yaxşı baxın, onları gözəl tərbiyə edin”, deyər buyurmuşdur. Çünki ata-ana uşaqlarının yaxşı yetişmələri üçün həm cəmiyyətə, həm də Allaha qarşı məsuldurlar.

Uşaqların ata-anaya qarşı vəzifələri

Uşaqların ata-analarına sözləriylə, işləriylə, mallarıyla hörmət və səmimiyyətdə olmaları, atasına “uf” belə deməmələri, kiçik bir hörmətsizlikdə olmamaları, qaşqabaq göstərməmələri, ürəklərini sındırmamaları din borcu, insanlıq borcudur.

Onlara qarşı daima şirin sözlü, gülər üzlü olmaq, onların əmrlərindən kənara çıxmaq, hər baxımdan onların xeyir-duasını almaq, özlərindən məmnun qalmalarına çalışmaq, onların işlərini, xidmətlərini öz işlərindən üstün tutmaq, rəhmətə getdikdən sonra onları daima xeyirlə, rəhmətlə yada salmaq və yada saldıracaq hərəkətlərdə olmaq övladlıq borcudur.

Cənabı haqq Quranı Kərimdə, ata-ana haqqını və onlara qarşı yerinə yetiriləcək hörmət və məhəbbəti bu fərmanlarıyla bəyan etmişdir: “İbadəti ancaq Allaha edin və ata-anaya hörmət və yaxşılıq edin, biri, yaxud hər ikisi yanınızda (əlinizə baxdıqları bir zamanda) ixtiyar olarlarsa, ehtiyatlı olun, onlara “uf” belə

deməyin, onları məzəmmət etməyin və üstlərinə qışqırmayın. İkisinə də ikramlı və şirin söz söyləyin, ikisinə də şəfqətdən təvazö və itaət qanadını endir və de ki: Rəbbim! İkisinə də mərhəmət elə. Onlar mənə kiçikdən necə böyütmüşdürlərsə, sən də onlara eləcə rəhmətinlə qarşılıq ver. Rəbbiniz könüllərimizdəkini daha yaxşı bilir. Ata-ana haqlarında yaxşılıq etsəniz, Allah sizi bağışlayar; çünki, O, günaha görə tövbə edənləri mütləq əfv edəndir”.

Ata-ananıza dünyada ikən beləcə hörmət göstərdiyiniz kimi, öləndən sonra da onları rəhmət və mərifətlə yada salmaq, onlar üçün daima xeyir-dua etmək, borcları varsa vermək, vəsiyyətlərini yerinə yetirmək, sevdiklərinə, dostlarına hörmət etmək övlad üçün bir vəzifədir.

3- Bacı-qardaşların qarşılıqlı vəzifələri

Bacı-qardaşlar bir ağacın budaqlarına bənzəyirlər. Bir kökdən gəlmiş, eyni tərbiyə və eyni qida ilə yetişmişdirlər. Bunun üçün qardaşlıq bağı para, mal kimi mənfəətlər üzündən pozulmamalıdır.

Öz qardaş və bacılarının haqlarıyla hesablaşmayanlar başqalarının haqlarına da hörmət etməzlər. Bu hal İslam əxlaqına uyğun deyil. Onların mənfəətlərini öz mənfəətlərimizlə bərabər tutmaq əxlaqi boricur.

Ailədə böyük qardaş və bacılar ata və ana yerindədir. Onlara da hörmət eləmək lazımdır. Peyğəmbər Əfəndimiz: “Böyük qardaş və bacıların kiçik qardaş və bacılar üzərindəki haqqı atanın övladı üzərindəki haqqı kimidir”, deyər buyurmuşdur.

Qardaş və bacı haqlarına hörmət göstərərək onlarla yaxşı keçinənlər, qiyməti ölçülməz qardaş və bacılıq haqlarını ölüncəyə qədər davam etdirənlər, mədəni, fəziletli, xoşbəxt insanlardır.

4- Qohum-əqrəbanın qarşılıqlı vəzifələri

Qohum və əqrəbaya qarşı ailə duyğularıyla maraq

göstərmək, dərəcələrinə görə hörmət və məhəbbət bəsləmək, ehtiyacı olanlara kömək eləmək, onları unutmamaq, münasib zamanlarda baş çəkib könüllərini almaq, uzaqdakıları məktub və ya hədiyyələrlə yad etmək, beləliklə də, ailə bağlarını qırılmağa qoymamaq əxlaqi bir boricur.

Yaxınlarını sevməyənlər yaxşı insan sayılmazlar. Boş yerə darılıb küsmək, onları çətinliyə salmaq, könüllərini qırmaq İslam əxlaqına uyğun deyildir. Ailə ocağı qohum və əqrəba ilə qüvvətlənir. Peyğəmbər Əfəndimiz: “Atası olmayan uşaq üçün dayısı ata yerindədir”, “Xala ana yerindədir”, “Əmi ata yerindədir”, deyər buyurmuşdur.

Evimizdə xidmət edənlər üçün də dinimiz haqlar tanımışdır. Belə adamlara öz yediyimizdən yedirmək, öz geydiyimizdən geydirmək, onlara ailənin bir üzvü kimi münasibət göstərmək, sağlamlıqlarına, ruhi tərbiyələrinə əhəmiyyət vermək bizim üçün dini və əxlaqi boricur.

Qonşu haqqı İslam dinində, demək olar ki, əqrəbadan sonra gəlir.

Qonşularla xoş rəftar eləmək, ehtiyacı olanlara kömək eləmək, onlara heç bir surətdə zərər verməmək qonşularımıza qarşı vəzifələrimizdir.

Sevgili Peyğəmbər Əfəndimiz:

“Qonşunun qonşu üzərində böyük haqları vardır. Qonşusu ac, özü tox olan bir şəxs kamil iman sahibi ola bilməz”.

“Allaha və axirətə imanı olan şəxs qonşusuna yaxşılıq etsin”.

“Qonşuların şərhlərindən əmin olmayanlar yetkin mömin deyildirlər”, deyər buyurmuşdur.

(Mehmet Soymanın Müsəlmanın Cib Kitabından
İslam Dininin Qayda-Qanunları)

YEMƏK YEMƏYİN ƏDƏBLƏRİ

Yemək yeyərkən bir neçə şey müstəhəbdir:

1. Yeməkdən qabaq hər iki əli yumaq.
2. Yeməkdən sonra əlini yuyub dəsmal ilə qurulamaq.
3. Süfrə sahibi yeməyə hamıdan əvvəl başlasın və hamıdan sonra qurtarsın. Yeməkdən əvvəl süfrə sahibi öz əlini yusun, sonra onun sağ tərəfində oturan adamdan başlayıb, onun sol tərəfində oturan adama qədər tərtib ilə əllərini yusunlar.
4. Yeməyə başlayanda "Bismillah" desin. Amma əgər süfrədə bir neçə cür yemək olsa, onların hər birini yeməyə başlayanda "Bismillah" deməyi müstəhəbdir*.
5. Yeməyi sağ əli ilə yemək.
6. Üç barmaq, ya çox barmaqla yemək yesin, iki barmaqla yemək yəməsin.
7. Əgər neçə nəfər süfrə başında otursalar, hər kəs öz qabağındakı yeməkdən yesin.
8. Tikəni kiçik götürsün.
9. Süfrə başında çox otursun və yeməyi uzatsın.
10. Yeməyi yaxşı çeynəsin.
11. Yeməkdən sonra Allaha həmd etsin.
12. Barmaqlarını yalasın.
13. Yeməkdən sonra dişlərini təmizləsin, amma reyhan çubuğu, qamış və xurma ağacının yarpağı ilə təmizləməsin.
14. Süfrənin kənarına tökülən şeyi yığıb yesin. Amma əgər biyabanda yemək yeyirsə, müstəhəbdir ki, yerə tökülənləri quşlar və heyvanlar üçün saxlasın.
15. Günün əvvəlində və gecənin əvvəlində yemək yesin, gecənin ortasında və günün ortasında yemək yəməsin.
16. Yeməkdən sonra arxası üstə uzansın və sağ ayağını sol ayağının üstünə qoysun.

* müstəhəbdir - yerinə yetirilsə savab, yetirilməsə əzabı olmayan şəri hökm.

17. Yeməyin əvvəlində və axırında duz yesin.

18. Meyvəni yeməmişdən qabaq su ilə yusun.

Yemək yeyərkən məkrüh olan şeylər

Yemək yeyərkən bir neçə şey məkrühdür*:

1. Tox olduğu halda yemək yemək.
2. Çox yemək və xəbərdə vardır ki, Allahın hər şeydən çox, dolu qarından acığı gəlir.
3. Yemək yeyərkən başqalarının üzünə baxmaq.
4. İsti xörək yemək.
5. İçdiyi, ya yediyi bir şeyi üfürmək.
6. Süfrəyə çörək qoyduqdan sonra başqa bir şeyi gözləmək.
7. Çörəyi bıçaqla kəsmək.
8. Çörəyi qabın altına qoymaq.
9. Sümüyə yapışmış əti təmizləmək, bir cürə ki, onda heç nə qalmasın.
10. Qabıqlı yeyilən meyvənin qabığını soymaq.
11. Meyvəni yarımçıq yeyib tullamaq.

Su içməyin qaydaları

Su içməyin bir neçə qaydası vardır:

1. Suyu sovurub içmək.
2. Gündüz ayaqüstü su içmək.
3. Suyu içməmişdən qabaq "Bismillah", sonra isə "Əlhəmdulillah" demək.
4. Üç nəfəsə su içmək.
5. Suyu meyli olanda su içmək.
6. Su içəndən sonra İmam Hüseyn (ə.s.) və onun əhli-beytini yad etmək və onun qatillərinə lənət etmək.

Su içərkən məkrüh olan şeylər

Suyu çox içmək, yağlı xörəkdən sonra su içmək, gecə ayaq üstə su içmək məkrühdür. Suyu sol əli ilə içmək, həmçinin qabın sınıq yerindən və onun dəstəsi olan yerindən su içmək məkrühdür.

(Ayətullahul-uzma Seyid Əli Hüseyni Sistaninin "İzahlı şəriət məsələləri" kitabından)

* məkrüh - edilməsi haram olmayan, lakin şəri qaydada edilməməsi daha yaxşı olan iş.

AİLƏ HƏYATININ ƏN VACİB HADİSƏLƏRİN- DƏN (MƏHƏBBƏT, NİŞAN, TOY)

Həqiqi, əsl məhəbbət ən müqəddəs və ali hisslər oyadır, insan taleyinə müsbət təsir göstərir. Məlumdur ki, nigah (evlənmə) iki cür ola bilər. Məqsədli və məhəbbət əsasında qurulan nigah. Çox vaxt həyatda hesab ilə nigaha girən oğlanlara və qızlara rast gəlmək olur. Bir-birinə öyrənmə, hörmət etmə, nigahla birlikdə sonradan ülvı hisslərə çevrilir və ailəyə gələcəkdə xoşbəxtlik gətirir. Ancaq baş tutmayan, insanı bədbəxt edən nigahlara da rast gəlmək olur. Bəzi nigahlardan yaranan ailələrdə ər və arvad bir-birlərini başa düşmür və qarşılıqlı münasibət yaratmaqda çətinlik çəkir və ayrılmaq qərarına gəlirlər. Belə ailələrin sonu rəsmi və qeyri-rəsmi boşanma ilə nəticələnir.

Təəssüf ki, çox vaxt qız və oğlan valideynlərin, qohumların vasitəsi ilə nigaha girirlər. Bununla da, həyatlarının ən yaxşı illərini mənasız keçirir, özlərini saf və ülvı sevgidən məhrum edirlər.

Ata və ananın təkidi ilə sevmədiyi oğlanla ailə həyatı quran qızın sonrakı taleyi uğursuz olur.

Hər bir insanın xoşbəxt olmaq hüququ vardır. Həm də xoşbəxtlik insanın özündən də asılıdır.

Qızlarını məcburən ərə verən bəzi valideynlər yadda saxlamalıdırlar ki, onlar istər-istəməz övladlarının xoşbəxtliyinə mane olurlar. Belə nigahlara adətən, pulun böyük rol oynadığı cəmiyyətdə rast gəlmək olur.

Buna baxmayaraq, nigahların əksəriyyəti gənclərin bir-birinə saf münasibətindən yaranır və bu təbii ki, məqsədəuyğun, arzu olunan nigah hesab edilir. Belə nigahların əksəriyyəti xoşbəxt sonluqla bitir.

Gənc oğlan qıza xoş gəlmək üçün özünü nəzakətli, ədəbli aparmalıdır. Ciddi fikirdə olan oğlan öz fikrini və hissini qıza açıb demək üçün əlverişli vaxt müəyyənləşdirməlidir. Ümumiyyətlə, hər bir şey nəzərə alınıb, hesabla hərəkət edilməlidir. Oğlan yavaş-yavaş

öz hisslərini qıza bildirməlidir. Oğlanın utancaqlığı yaxşı əlamət deyil və ona yaraşmayan hərəkətdir.

Qız göstərilən qayğını dərhal başa düşməli və oğlana gələcəkdə ona yaxınlaşmağın mümkün olub-olmamasını çox incəliklə anlatmalıdır.

Qızlar ürək sirlərini analarından gizlətmirlər. Gənc oğlan qızın ona meyilli olduğunu hiss edərsə, adət-ənənəyə uyğun olaraq, qızın valideynlərini duyuc salmalıdır ki, sonradan onlarla görüşəndə bu gözlənilməz alınmasın.

Əgər valideynlər sevgi əsasında qurulan nigahın əleyhinə çıxsalar, sözsüz ki, bunun acı nəticəsi olar.

Nigah gənclərin istəyi ilə baş tutubsa, onların ayrılması təsadüfi hallarda baş verir. Odur ki, belə ciddi məsələlərdə valideynlər öz fikirlərindən daşınmalı və övladlarının xoşbəxtliyinə mane olmamalıdırlar.

Qız sevən oğlan gələcək taleyinin həll edilməsi vaxtının artıq gəlib çatdığını bilməlidir. Sevgini ürəyinə salan qız hisslərini gizlətməyi bacarır. Bəzən isə bu hisslərin quluna çevrilir.

Oğlan qıza yaxınlaşarkən, çox ehtiyatlı olmalıdır. Çünki oğlan qızda sevgi hissi oyada bilər. Əgər oğlanın ciddi fikri yoxdursa, bunun üçün mənəvi məsuliyyət daşıyır. Odur ki, oğlan qızın hissləri ilə oynamağın, onu özünə cəlb etməyin hansı sonluqla bitəcəyi haqqında fikirləşməlidir. Əmin olsa ki, bu əsl məhəbbətdir, onda əvvəl qızın valideynləri ilə, ilk növbədə anası ilə razılaşmalıdır.

Yadda saxlamaq lazımdır ki, qızın ürəyinə yol ananın ürəyindən keçir. Bu mərhələni mütləq keçmək lazımdır. Əgər gənc oğlan qızın anasının ürəyincədirsə, onda qızın ürəyini daha tez ələ alar və məqsədinə çox asanlıqla nail olar.

Analar qızlarına daha diqqətli olur və onları hər bəd nəzərdən qoruyurlar. Əgər ana hiss etsə ki, qızı ilə kimsə maraqlanır, bu vaxt daha diqqətli olmağa və qızı ilə maraqlanan oğlan haqqında daha ətraflı məlumat toplamağa çalışır.

Əgər oğlan özündən razıdırsa və ananın qızına təsirinə qiymət vermirsə, gələcək qarşılıqlı münasibətdə qızın anası ilə gənc arasında anlaşılmazlıq yaranacaq.

Sevdiyi qızın valideynləri ilə münasibətdə oğlan özünü təvazökar, əzmli və sadə aparmalı, qızın valideynlərinə hörmət etməli, ədəbli olmalı, özünü tərifləməməli və yalan danışmamalıdır. Oğlan qızın ailəsinə nə qədər tez üzv olmaq istəsə də, qızın valideynləri onun haqqında ətraflı məlumat almağa çalışacaqlar. Əgər deyilənlər üst-üstə düşməsə, oğlanın boşboğaz olması ortaya çıxsas, o, özünü pis vəziyyətə salmış olacaq.

Oğlan özü haqda qızın valideynlərinə ətraflı məlumat verməli və heç nəyi onlardan gizlətməməlidir. Çünki pis keyfiyyətlər sonradan mütləq üzə çıxacaq. Oğlan əvvəldən hər şeyi açıq danışarsa, valideynlərin xoşuna gələr və onlar kiçik nöqsanları bağışlayarlar.

Əgər bunlar vaxtında deyilməzsə, hətta toydan sonra kiçik görünən nöqsanlar bağışlanılmaz.

Toy haqqında qərar qəbul etməmişdən əvvəl oğlan öz imkanlarını nəzərə almalı, gələcəkdə ailəsinin maddi ehtiyaclarını necə təmin edəcəyini düşünməli və sonra ailə qurmalıdır. Çünki ehtiyac evdə söz-söhbətin yaranmasına səbəb olar və ailədəki xoşbəxtliyə maneçilik törəder.

Hər şeylə təmin olunmuş ailələr xoşbəxt ailələr hesab olunur və bu zaman kişi maddi vəziyyətinə görə həyat yoldaşından utanmır. Belə ailələrdə kişi heç vaxt həyat yoldaşının qarşısında xəcalət çəkmir. Beləliklə, kişi ailədə firəvanlıq yaradır və həyat onlar üçün mənalı görünür.

Özünə həyat yoldaşı seçən gənc gəlinin qənaətcil olmasını qiymətləndirməlidir. Belə nigahdan yaranan ailələrin xoşbəxtliyinə söz ola bilməz. Qadın əgər qənaətcil deyilsə, bütün hallarda çatışmazlıqlara cavabdeh kişidir. Görünür özünə həyat yoldaşı seçərkən, səhvə yol verib.

Bəzən ikrah doğuran məsələlər ortaya çıxır. Belə ki, oğlan qızın ailəsində maddi vəziyyətin yaxşı olmadığını bilən kimi onunla bütün əlaqələri kəsir. Bundan belə nəticəyə gəlmək olar ki, oğlan həyat yoldaşı seçərkən, yalnız öz şəxsi mənfəətini düşünürmüş.

Qızın atasına yazılı surətdə müraciət etmək qəbul olunmuşdur. Yazılı surətdə müraciət qəbul edildikdən sonra oğlan valideynlər qarşısına səliqəli geyimdə çıxmalı və təklifini irəli sürməlidir. Qəfil gələn oğlan (bu nadir hallarda olur) çətinliyə rast gələ bilər və bu da rəsmi cavabın verilməsini ləngidər (qızın valideynləri tərəfindən).

Çox vaxt oğlanın gəlişinə bütün ailə hazırlaşır və nişan ilə təklif elə bir günə düşür.

Nişanlı oğlan və qız bir-birinə nəzakətlə yanaşmalıdırlar. Çünki bu gənclərin həyatlarında ən xoşbəxt anlardır. Bu anlarda onlar özlərini daha xoşbəxt, qəmdən-qüssədən uzaq bir dünyada hiss edirlər.

Nişanlı oğlan qıza həmişə diqqətli olmalı və onu görmək üçün tələsməlidir. Oğlan kənar şəxslərin yanında hisslərini cilovlamağı bacarmalıdır. Oğlanın hər hansı ədəbsiz hərəkəti əsəbilik yarada bilər. Gənc qızı görmək üçün oğlan onların evinə gələndə, ananın qızının yanında iştirakı vacibdir.

Oğlanın və qızın bir-birinə hədiyyə verməsi sözsüz ki, vacibdir. Lakin bu hədiyyələr qarderoba aid olmalıdır.

Nişandan sonra toyun vaxtı vəziyyətdən və şəraitdən asılı olaraq seçilir. Ancaq toyun vaxtını tələsdirmək və uzatmaq da yaxşı deyil.

Ailədə xəstə varsa, toyun vaxtını onun sağlamlığına və ya özünü yaxşı hiss etməsinə qədər uzatmaq mümkündür.

Cehiz barəsində

Adət-ənənəyə görə valideynlər evin və təsərrüfatın qurulmasında övladlarına kömək etməyə borcludurlar. Onlar yeni qurulmuş ailəni yataq dəsti, müxtəlif məişət əşyaları və digər lazımı avadanlıqlarla təmin etməlidirlər.

Bəy tərəfindən verilən toy hədiyyəsi çox qəşəng olmalıdır.

Qohumlar və yaxın dostlar da hədiyyə verə bilərlər. Bu hədiyyələr əsasən ev əşyalarından ibarət olur.

Toyun ilk günü gəlin üçün çox həyəcanlı gündür. Çünki məhz bu gün o valideynlərini tərk edir, yeni ailəyə düşür və özünə ev qurur. Odur ki, belə gündə gəlinin sevinc yaşları axıtması təsadüfi deyil. Təzə bəy gəlinin hisslərinə hörmətlə yanaşmalı, ürəyini boşaltmasına mane olmamalıdır. Gəlin bir daha xoşbəxt və bəxtəvər günlərə qovuşduğuna əmin olmalıdır.

Nişan paltar barədə

Gəlin ağ paltarda, uzun və ya gödək fatada olmalıdır. Bəy kostyum geyinməlidir. Qonaqlar da öz növbəsində ziyafət geyimində olmalıdırlar.

Ərə gedən dul qadın başına qızılgül və ya digər güllərdən hörülmüş tac qoymalıdır. O, gümüşü və ya başqa açıq rəngli paltar geyinməlidir.

Qızların ən ülvəi arzularından biri nişan mərasimidir. Qızlar nişan mərasimini və onun sevincini həmişə xoş hisslərlə xatırlayırlar.

Hər bir mədəni cəmiyyətdə nigah qadınla kişini birləşdirir. Nigah bir-birini sevən, bir-birinə məhəbbət bəsləyən, ürəyi sonsuz arzu dolu gəncləri yaxınlaşdırır. İki gənc arasındakı qarşılıqlı hörməti, qayğını möhkəmləndirir və bu nigahdan övladlar dünyaya gəlir. Belə nigahdan doğulan uşaqlara valideyn sevgisi sonsuz olur və ailə bu sevgi üzərində möhkəmlənir, ata-ana bütün güclərini birləşdirir, ailənin tələbatını ödəmək üçün zəhmətə qatlaşırlar. Qadın həyat yoldaşını sevir və onun qayğısını çəkir. Ər də qadınına hörmətlə yanaşır, onu sevir və müdafiə edir.

Nəhayət, nigah qız və oğlanı birləşdirir, bəzi pis hərəkətlərin qarşısını alır, böyük hissləri yatırdır və xoşbəxtliyi qoruyur.

Nigaha girənlərin yaşı yetkinlik yaşına çatmalı və orqanizm möhkəm olmalıdır. Qarşılıqlı məhəbbətdən başqa, sevənlər arasında dostluq, bir-birinə hörmət də olmalıdır. Yalnız belə nigahdan yaranan ailələr xoşbəxtliyə qovuşur və bu səadətə ömrü uzun olur. Kişilər üçün nigah yaşı iyirmi beş yaşdan otuz beş yaşa, qadınlar üçün isə 18-dən 25-ə qədərdir. Bu yaşdan əvvəl qurulan nigahlar vaxtsız, sonrakı nigahlar isə gec nigahlar hesab edilir.

Nigaha girən qadın ilə kişi arasında kəskin yaş fərqi varsa, bu nigahın həqiqi olmasına şübhə oyanır. Məlumdur ki, qoca kişi gənc qızla şəhvəd hissini söndürmək üçün, gənc oğlan isə yaşlı qadınla onun var-dövlətinə görə evlənilir. Belə nigahda həyat yoldaşı üzərinə düşən vəzifələri yerinə yetirə bilirmi? Belə məqsədlə evlənənlərin həqiqi məhəbbətindən danışmaq mümkündürmü? Belə ailələr hər şeyə dözüb, birgə yaşamaq məcburiyyətində qalırlar.

Nigahda sevgi və məhəbbət əsas götürülməlidir. Daha sonra isə maddi durum və digər məsələlər nəzərə alınmalıdır.

Əlbəttə, bir-birini sevənlərə ehtiyac mane ola bilməz. Ancaq təcrübə göstərir ki, ailə xoşbəxtliyində təkcə sevgi və məhəbbət rol oynamır.

Bir-birini sevənlər özlərinin və ailəsinin ehtiyacını ödəyə biləndən sonra nigaha girməlidirlər. "Ayağını yorğanına görə uzatmalı" prinsipinə əməl edərək, hərəkət etmək lazımdır.

Fiziki kamilliyə çatmayan qızları valideynlərin təkidi ilə ərə vermək günahdır. Məcburən ərə verilən gənc qızı qızgın məhəbbət çox tez yorur, zəiflədir və əldən salır. İkinci bir tərəfdən, belə ailədə doğulan uşaqlar zəif olur və inkişafdan geri qalırlar. Həm də cavan ər-arvad tez həvəsdən düşür, maraq azalır, hətta bir-

birindən bezirlər də. Valideynlər fərqiñə varmadan qızlarını necə olursa-olsun tez ərə verməyə, özləri isə asudə yaşamağa çalışırlar. Valideynlər fikirləşməlidirlər ki, tez qurulan ailələrdə qızlar fiziki inkişafdan da geri qalırlar. Nəzərə almaq lazımdır ki, orqanizmi tam inkişaf etməyən gənc ana isə gələcək övladı üçün heç nə verə bilməz.

Həddi-buluğa çatan gənclər mütləq ailə qurmalıdırlar. Bu təbiətin qanunudur. Bu təkcə insanlara aid deyil. Bütün canlılar cinsləri birləşdirmək qabiliyyətinədəirlər. Nigaha girməklə bir çox xəstəliklərin qarşısını almaq mümkündür. Sübut olunub ki, ailəsi olanlar nisbətən az xəstəlik keçirirlər. Subaylar arasında ölüm hallarına daha çox təsadüf edilir.

Xoşbəxtlik həm qadından, həm də kişidən asılıdır. Əgər hər kəs öz vəzifəsini namusla yerinə yetirsə, ailə qarşısında cavabdehliyini dərk etsə, əlbəttə, xoşbəxtlik tapacaq.

Ər-arvad bir-birinə etibar etməlidirlər. Bir-birinə inanmayan ailələrdə xoşbəxtlikdən, əmin-amanlıqdan danışmaq əbəsdir. Ailədə hamı müəyyən bir işlə məşğul olsa, onda bir-birinə inam və etibar da olar.

Sevgi ilə gözü pərdələyib, çatışmazlığı görməmək mümkün deyil. Tənbəl, mənəviyyatsız, avara, əhlikef, məsuliyyətsiz, içkiyə meyilli şəxslə yaşamaq ömrü məhv etmək deməkdir.

UŞAQ NECƏ TƏRBIYƏ OLUNURSA, ELƏ DƏ BÖYÜYÜR. TƏRBIYƏNİN ƏSAS MƏSƏLƏLƏRİNDƏN

Uşağın həyata gəlişi, onun tərbiyəsi, inkişafı, təhsili, əsl insan kimi böyüməsi ata-ana qarşısında daha məsuliyyətli və vacib məsələlər qoyur. Bu vəzifələrin yerinə yetirilməsində valideynlər nəinki öz vicdanları, həmçinin övladları və ictimaiyyət qarşısında məsuliyyət daşıyırlar.

Uşağın normal tərbiyələndirilməsində maddi durumun, məişət şəraitinin, ailə üzvlərinin sayının, onların bir-birinə münasibətlərin, xarakterlərin, ailədəki mənəvi-siyasi və işgüzar mühitin böyük təsiri vardır. Ailədə böyüklərin təhsilindən və həyat təcrübəsindən, xüsusilə valideynlərin ümumi və pedaqoji mədəniyyətindən çox şey asılıdır. Ailə, dövlətin təhsil müəssisələri, körpələr evi və uşaq bağçaları, internat məktəbləri, uşaq və gənclər təşkilatları, ictimaiyyət və əmək kollektivləri uşaqların tərbiyəsində bir-biri ilə sıx bağlıdırlar.

Kişi ilə qadının nığahından doğulan körpə ailəni daha da möhkəmləndirir, valideynləri yeni vətəndaşın tərbiyələndirilməsi kimi məsuliyyətli bir işdə birləşdirir.

Uşağın tərbiyəsində vacib və məsuliyyətli iş əsasən valideynlərin üzərinə düşür. Çünki övladın bir şəxsiyyət kimi formalaşması ailədən, evdən başlayır. Ailə tərbiyəsinin özünəməxsus xüsusiyyətləri var. Bu xüsusiyyətlər kiçiklərin və böyüklərin birlikdə yaşamasının gündəlik nəticəsindən yaranır. Ailə tərbiyəsi emosiyalar əsasında qurulur. Uşağın tərbiyəsində valideynlərlə bərabər, onlarla bir ailədə yaşayan yaxın adamlar da iştirak edirlər və onların tərbiyələndirmə prosesi uşaqların böyüməsinə qədər davam edir. Yeniyetmələrin ailədəki tərbiyəsində işgüzarlıq əsas rol oynayır.

Uşaqların yaxşı tərbiyə olunmasında ailənin təhlükənin, yəni ata və ananın olmasının böyük əhəmiyyəti var. Ailə münasibətlərinin təmin edilməsində, tərbiyənin gücləndirilməsində ata və ana uşaqlar üçün normal şərait yaradırlar. Bu xüsusilə cinslər arasında münasibətdə özünü büruzə verir.

Əgər ailədə bir neçə uşaq varsa, onda ailə tərbiyəsində yüksək müvəffəqiyyət əldə etmək olur. Ailədə bir neçə uşağın olması tərbiyə işini asanlaşdırır, böyüklər valideynlərə kömək edir, kiçiklər böyüklərdən nümunə götürürlər. Kiçiklərlə böyüklər arasındakı səmimilik-

dən bacı-qardaş dostluğu və qarşılıqlı xoş münasibətlər yaranır.

Valideyn sevgisi ailədə mənəvi-psixoloji şəraitin yaranmasının əsas şərtlərindən biridir və bu valideynlərin uşaqlara təsir gücünün effektivliyini yüksəldir. Valideyn sevgisi övladlara olan təbii hissdır. Bu nəinki ailənin emosionallığını gücləndirir, hətta valideynlərə tərbiyə haqqında düzgün qərar qəbul etməkdə kömək edir. Bununla bərabər, valideyn sevgisi "gözübağlı" olmamalıdır. Bu ağıl əsasında qurulmalı, uşaqların tərbiyəsinin müxtəlif maraqlı tərəfləri nəzərə alınmalıdır.

Hər bir ailədə ər-arvad arasında vaxt ötdükcə, müəyyən ailə ənənəsi yaranır. Bu böyüklərə hörmət, kiçiklərə qayğı, qarşılıqlı kömək, birgə əmək və istirahət, ağıllı yaşamaq və s. hesab edilir. Belə gözəl ənənə ailəyə müsbət təsir göstərir və uşaqların mənəvi cəhətdən formalaşmasına kömək edir.

Əgər valideynlər uşaqlar yanında hörmətli və etibarlıdırlarsa, onda övladlarını yaxşı tərbiyə edə bilərlər. Uşaqlarda əvvəl ata-anaya hörmət onlar valideyn olduğu üçün yaranır. Lakin uşaqlar böyüdükcə, ata və ana öz nüfuzunu və hörmətini möhkəmləndirmək üçün övladlarına xüsusi qayğı göstərməlidirlər. Valideyn uşaqların hörmət və nüfuzunu qazanmaq üçün ilk növbədə özünə qarşı tələbkər olmalıdır. Bu ətrafdakılara, eləcə də, uşaqlara öz vəzifə borclarına ədalətlə və məsuliyyətlə yanaşmaqda yaxından kömək edir. Valideynlərin həyat tərzini uşaqların yanında onların hörmətini yüksəldir, ata-ana oğul və qızın hörmətini qazanır və ya hörmətdən düşürlər. Valideynlər bunu uşağın anadan olduğu ilk gündən bilməlidirlər.

Ailə tərbiyəsində məqsədəuyğun, müəyyən konkret məsələlər nəzərdə tutulur. Cəmiyyətimizdə gənclərin tərbiyəsi dövlətin və valideynlərin tərbiyəsinə uyğun gəlir. Odur ki, ailə tərbiyəsinin əsas məqsədi, hərtərəfli şəxsiyyət yetişdirmək, özündə mənəvi yüksəkliyi, əxlaqi təmizliyi və fiziki kamilliyi birləşdirmək-

dir. Fiziki, əxlaqi, əqli, mənəvi, estetik tərbiyəni yerinə yetirməklə bu məqsədə nail olmaq olar.

Ailə tərbiyəsində əsas yeri sağlam uşaq və onun fiziki hazırlığını gücləndirmək, zirəklik, davamlılıq tutur. Sağlam və fiziki cəhətdən inkişaf etmiş şəxs zehni işlə və əməklə məşğul ola bilər. Belə şəxslər adətən, diribaş, gümrah, xeyirxah olurlar.

Uşaqların məktəbdə yaxşı oxuması üçün valideynlər onlara normal şərait yaratmalı, çətinliklə üzləşəndə köməyini əsirgəməməlidirlər. Burada onların hər şeyi öyrənmək marağı, elmə həvəsi nəzərə alınmalıdır. Burada həm də düzgün, fasiləsiz təhsilə istiqamətləndirmə, bədii ədəbiyyatı və yeni nəşrləri oxumağa həvəsləndirmə əsas rol oynayır. Bu işdə də məktəb və məktəbdənkənar inkişaf, uşağın sağlamlığı, həvəsi, marağı nəzərə alınmalı, həvəsləndirmə metodlarından istifadə olunmalıdır. Məlumdur ki, uşağın ayrı-ayrı insanlarla münasibətində yeni-yeni problemlər yaranır. Bunun üçün valideynlər uşaqlara diqqətli olmalı, bəzi problemləri aradan qaldırmaq üçün onlara kömək göstərməlidirlər.

Ailədə uşaqların hərtərəfli inkişafında estetik tərbiyənin əhəmiyyəti böyükdür. Estetik tərbiyə digər tərbiyə növləri ilə sıx əlaqədardır. Estetik tərbiyə uşaqlara gözəlliyi dərk etməkdə kömək edir, incəliyi qiymətləndirməyi və gözəllik qanunları ilə yaşamağı öyrədir. Bu məqsədlə valideynlər uşaqlarını rəsm dərnlərinə aparmalı, model düzəltmək üçün onlara müxtəlif fiqurlar almalıdırlar. Uşaqlar həm də musiqiyə qulaq asmalı, musiqi alətlərində çalmalı, teatra, muzeylərə, sərgilərə getməlidirlər.

Ailənin vəzifəsi uşaqlara nəyisə göstərmək və ondan istifadə etmək deyil, onları yaratmaq, inkişaf etdirmək qabiliyyətini tərbiyə etməkdən ibarətdir. Valideynlər övladlarının xarakterinə yaxından bələd olmasalar, tərbiyəçi kimi heç nəyə nail ola bilməzlər.

Hər bir insan hansı yaşda olursa-olsun şəxsiyyət

hesab edilir. Odur ki, valideynlər övladlarına - qıza və oğlana fərd kimi yanaşmalıdırlar.

Uşağı tərbiyələndirmək məqsədi ilə onu hərtərəfli öyrənməli, marağı, tələbi, nəyə meyilli olduğu, qabiliyyəti, yaxşı və pis cəhətləri aşkar edilməlidir. Yalnız bu halda, valideyn böyüyən gəncin formalaşmasına təsir göstərə bilər, ondakı müsbət keyfiyyətləri görə və səhvləri aradan qaldırmaqda ona kömək edə.

Uşaqlarla maraqlandıqları məsələ barədə valideynlərin söhbət aparması, onların evdə, küçədə və ictimai yerlərdə, məktəbdə özlərini necə aparmasını müşahidə etməsi, yoldaşları ilə münasibəti onlara kömək edə. Valideynlər uşaqlarının hansı kitabları oxuduqlarını, hansı oyunlarla maraqlandıqlarını, boş vaxtlarını necə keçirdiklərini, kimlə dostluq etdiklərini bilməlidirlər. Kənar şəxslərin verdiyi qiymət obyektiv olmaya bilər. Ən etibarlı yol atanın və ananın göstərdiyi yoldur.

Uşaq böyüdükcə, mənəvi tərbiyəsinə tələb də artır. Ailə tərbiyəsində əsas yeri vətənə və torpağa sevgi, yoldaşlıq hissi, namus, insanpərvərlik, beynəlmiləçilik tutur. Uşağın tərbiyəsi nəinki söhbətaparma, başasalma, hətta insana lazım olan ümumi mənəvi prinsiplər əsasında qurulur.

Tərbiyədə əsas yeri əmək tərbiyəsi tutur. Bir qayda olaraq, uşaqlar hələ kiçik yaşlarından öz güc və imkanlarına görə ev işlərində böyüklərə kömək etməyə çalışırlar. Valideynlərin vəzifəsi uşaqları ev işlərinə həvəsləndirmək və şirnikdirməklə, onlara kömək etməkdir. Uşaqlar oyuncaqlarla oynayarkən, bir növ böyükləri təqlid edirlər.

Valideynlər uşaqlarını fiziki cəhətdən tərbiyələndirmək məqsədi ilə kiçik yaşlarından onlara səhər idmanı ilə, müxtəlif maraqlı oyunlarla, turizmlə məşğul olmağı, bədəni möhkəmləndirməyi, sağlamlığın qayğısına qalmağı öyrətməlidirlər. Uşaqları papiros çəkməkdən, alkoqollu içkilər içməkdən, narkotik maddələrdən

istifadədən və digər pis adətlərdən qorumaq lazımdır. Bu işdə valideynlər övladlarına nümunə olmalıdırlar. Əgər ata papiros çəkirsə, oğula papiros çəkməyi qadağan etməsi faydasızdır. Təbii ki, o, uşaq yaşlarında gizlincə papiros çəkəcək, böyüyəndə isə heç kimdən çəkinməyəcək, heç kimdən qorxmayacaq.

Ailədə uşağın tərbiyəsi əqli inkişafdan çox asılıdır. Ananın hələ dil açıb, danışa bilməyən körpəsinə müraciəti əqli tərbiyənin başlanğığını qoyur. Sonra uşağa nağıl danışmaq, kitab oxumaq olar. Daha sonra uşaq elmə həvəsləndirilməli və mükafatlandırılmalıdır. Valideyn uşağın suallarına cavab verməklə, başa düşmədiyini aydınlaşdırmaqla onun hafizəsini, yaddaşını, təfəkkürünü, təsəvvürünü inkişaf etdirmiş olur.

Uşaqları hansı yaşdan tərbiyə etmək lazımdır? Pedaqoqika elminə görə uşaqların tərbiyəsi ilə anadan olan gündən məşğul olmaq lazımdır. Məhz anadan olan gündən. Çünki üç-dörd ildə uşaqlar şəxs kimi formalaşır. Valideynlərin istəyindən asılı olmayaraq, yeni anadan olan körpəyə onları əhatə edən şərait (yatanda, oyananda və yeyəndə) təsir edir, şüurunda dərin iz buraxır və şəxs kimi formalaşmasında böyük rol oynayır. Valideynlər körpəyə ilk gündən qayğı göstərməlidirlər ki, onlar normal inkişaf etsinlər, düzgün tərbiyə alsınlar, böyüsünlər və müsbət keyfiyyətlərə malik insan kimi yetişsinlər.

Uşaqların, yeniyetmələrin, gənclərin tərbiyəsi sadə və asan iş deyil. Bunu yerinə yetirmək, istənilən müsbət nəticəni əldə etmək üçün ata və ana olduqca yüksək pedaqoji mədəniyyətə malik olmalıdırlar.

Ailədə yeniyetmələrin tərbiyəsində ən təsirli üsul inandırmaqdır. Söhbət etməklə, məsləhət verməklə, başa salmaqla inandırmaq olar. Bununla bərabər, yeri gəlsə, tələb etmək də lazımdır. Həmçinin, tərifi və cəzalandırma üsullarından da istifadə edilməlidir. Ailənin digər yaşlı üzvləri də gənclərə şəxsi nümunə olmalıdırlar. Böyüklər özlərini necə aparırlarsa, bir-biri ilə necə rəf-

tar edirlərsə, necə danışdırlarsa, insanlara və hadisələrə necə qiymət verirlərsə, bu istər-istəməz gənclərə təsir edir və onlar da böyüklərə oxşamağa çalışırlar.

Uşaqlarla söhbət üçün itirdiyiniz vaxta görə heyfsilənməyin, ortaya çıxan gündəlik məsələləri müzakirə edin ki, onlar Sizin fikrinizi və mövqeyinizi bilsinlər. Onları bezdirməmək şərti ilə məsləhətlər verin. Onlara öz iradənizi diktə etməyin, təkliflərlə çıxış edin. Əgər valideynin xahişi, oğulun imkanını nəzərə almaqla, düzgün və qısa ifadə edilibsə və belə hadisələr (xahişlər) tez-tez təkrar olunmursa, gənc valideynlərə həvəslə cavab verir və deyilənləri qeyri-şərtsiz yerinə yetirir.

Valideynlər uşaqları tərbiyələndirərkən, onların hansı cinsdən olduqlarını və fərqli xüsusiyyətlərini də nəzərə almalıdırlar. Qız və oğlan yalnız xarici görünüşlərinə görə bir-birindən fərqlənmirlər. Oğlan və qıza məxsus xüsusiyyətlər hələ onlar həddi-buluğa çatmamışdan əvvəl yaranır və bu onların şüuruna, özlərini aparmalarına müəyyən təsir göstərir. Bununla bərabər, yadda saxlamaq lazımdır ki, kişi və qadını bəzi ümumi insani keyfiyyətlər də birləşdirir. Xarakterlərində isə cinsi xüsusiyyətlərinə görə nəzərə çarpacaq fərqli cəhətlər var. Onların cinsinə məxsus psixoloji xüsusiyyətlərini nəzərə alıb, müsbət və mənfi cəhətlərinə istinad edərək, ailə tərbiyəsinin effektivini təmin etmək olar.

Oğlan və qız arasında bəzi fərqli cəhətlər onların anadan olduğu birinci aylardan aşkar olunur. Məsələn, qızlar fiziki və psixoloji cəhətdən tez inkişaf edir, oğlanlardan təxminən 2-4 ay tez dil açırlar. Üç yaşında olan oğlan və qız valideynlərin və onları əhatə edənlərin köməyi ilə hansı cinsə aid olduqlarını bilirlər. Onlar həmçinin, digər uşaqların və böyüklərin də hansı cinsə aid olduqlarını müəyyənləşdirməkdə çətinlik çəkmirlər. Uşaqlar böyüdükcə, onların cinsi xüsusiyyətləri də güclənir.

Uşaq böyüdükcə və inkişaf etdikcə daha da qüvvətlənir. Hər şeyi dərk etməyə başlayır. Həyat təcrübəsi əldə edir. İllər keçdikcə başqalaşırlar. Belə dəyişmə bütün uşaqlara aiddir. Ancaq bəzi ata və analar belə dəyişiklikləri nəzərə almırlar. Sanki onların gündü-gündən boy atmasını görmürlər. Bu isə uşaqla valideyn arasında anlaşılmazlığa səbəb olur. Valideynlər övladlarındakı dəyişiklikləri hiss etməli, onlara qarşı münasibəti dəyişməli, ailə münasibətlərində lazımı dəyişikliklər etməlidirlər. Yalnız bu yolla tərbiyənin təsir gücünü saxlaya bilərlər.

Valideyn ilə müəllimlər qarşılıqlı əməkdaşlıq yolu ilə uşaqların tərbiyəsində istənilən nəticəni əldə edə bilərlər. Müəllimlər həm də uşaqların şəxsiyyət kimi formalaşmasında valideynlərə köməkçi ola bilərlər.

Ata və ananın övladları ilə canlı ünsiyyətdə olmaları tərbiyədə yaxşı nəticə verə bilər. Ünsiyyət yaratmaqla, nəyisə izah etməklə, inamla danışmaqla, hətta susmaqla müsbət nəticə əldə etmək olar. Ünsiyyət mənəvi yaxınlığa, daxili aləmlərini başa düşməyə, uşaqların maraq dünyalarını, nəyə səy göstərmələrini və s. öyrənməyə imkan yaradır. Valideynlərlə daim təmasda olmaq uşaqlara vacibdir. Bu xüsusilə məktəbə qədər yaşda olan uşaqlara əhəmiyyətli dərəcədə vacibdir. Ünsiyyətdə olmaqla tədricən uşağı həqiqi şəxsiyyət kimi yetişdirmək mümkündür.

Valideynlərin uşaqlarla normal münasibətlərinin əsas şərti pedaqoji taktıdır, yəni uşağa düzgün yanaşmanın qədrini hiss etdirməkdir.

Qız psixologiyasının xüsusiyyətləri

Qızlarda kiçik yaşlarında "analıq instinkdi" yaranır. Bu körpələrə maraqla, oyuncaqlara, gəlinciklərə münasibətdə və s. özünü göstərir. Onlar böyüdükcə bu maraq insanlara qarşı çevirilir. Yaş artdıqca onların insanın daxili aləminə və rəftarına da maraqları çoxalır.

Qızlar daha çox anaları ilə ünsiyyət yaradır və onlara bağlı olurlar. Qızlar oğlanlarla müqayisədə daha çalışqan, daha səliqəli, qənaətcil, insafli, namusludurlar. Onlar qayğıkeşdirlər, hörmət etməyi bacarırlar, eləcə də, nöqsanları tənbeh etmək gücündədirlər. Qadın psixologiyasında həssaslıq kişilərə nisbətən yüksəkdir və onlar tez inciyirlər. Onlar yaxşı və bəd xəbərlərdən çox tez təsirlənirlər. Qızlar daha diqqətli olurlar. Onları hər şey cəlb edir və təsir altına çox tez düşürlər. Qızlar qeyri-adi şəraitdə özlərini sərbəst hiss edirlər. Daha çox ədəbiyyata, tarixə, xarici dillərə üstünlük verir, oğlanlara nisbətən mütaliəni sevir, poeziya ilə maraqlanır, musiqi ilə məşğul olurlar. Çox vaxt qızlarla işləmək müəllimlər üçün asan olur. Hər işdə fəallıq göstərən qızlar əksər vaxtlarda sinif nümayəndəsi seçilir.

Yeniyetmə yaşında olan qızlar və oğlanlar bir-birilə maraqlanırlar. Qızlar xarici görünüşlərinə daha çox diqqət yetirir, ətrafdakılara xoş gəlmək istəyirlər.

Oğlanla qızın mütəmadi dostluğu getdikcə sevgiyə çevirilə bilər. Belə hallarda valideylərin və müəllimlərin rolu çox böyükdür. Onlar əvvəlcədən qıza və oğlana həssaslıqla yanaşmalı, aralarındakı münasibətlərin necə olmasını ustalıqla başa salmalıdırlar.

Oğlan tərbiyəsinin xüsusiyyətləri

Oğlanların tərbiyəsi ilə qızların tərbiyə üsulları arasında ümumi cəhətlər çoxdur. Buna baxmayaraq, oğlanların tərbiyə üsullarının özünəməxsus cəhətləri vardır. Onlar kişi cinsinin fiziki və psixoloji xüsusiyyətlərindən irəli gəlir. Ancaq təcrübə göstərir ki, bu xüsusiyyətlər ailədə və məktəbdə bəzi səbəblərə, vəziyyətə görə nəzərə alınmır. Odur ki, oğul övladları olan valideynlər onları düzgün tərbiyə etmək istəyirlərsə, mütləq cinsi xüsusiyyətləri nəzərə almalıdırlar.

Kişi cinsinin nümayəndələri qadınlarla müqayisədə daha güclüdürlər. Ancaq kişilər o qədər də dözümlü deyillər. Onlar nizam-intizama riayət etməsələr də, çevik və çalışqan olurlar.

Oğlanların normal inkişafı üçün ailədə atanın olması vacibdir. Ata ilə oğul həmişə ünsiyyətdə olmalıdırlar. Ümumiyyətlə, övladların böyüyüb, cəmiyyətə layiq olmaları üçün valideynin təsiri əvəzsizdir. Ana uşaqlarla daha çox ünsiyyətdə olsa da, ata oğula çox yaxın olur. Bu onların eyni cinsdən olduqlarından irəli gəlir. Ata ilə oğul aralarındakı münasibətləri daha tez aydınlaşdırır və oğul atanın təsirinə tez düşə bilər.

Ata güclü cinsin üzvü olduğundan ilk növbədə oğul onu özünə nümunə götürür, əsl kişinin necə olduğunu atasının timsalında müəyyənləşdirir. Ata oğulu əməyə alışıdır, ona mərd, qoçaq, qadınlara qarşı isə alicənab olmağı öyrədir.

Kişilər evdəki işlərin çətinini öz üzərlərinə götürməlidirlər.

Oğul anasında qadınlara xas bütün müsbət xüsusiyyətləri görməlidir. Ana məhəbbəti, sevgisi təmənnəsizdir. Övlad da bu məhəbbətə layiq olduğunu sübut etməlidir.

Oğlanlar adətən, bizi əhatə edən mühitdən kənardakı məsələlərlə və problemlərlə maraqlanırlar. Onlar daha çox dəqiq elmlərə üstünlük verirlər. İdmana, tex-

nikaya marağ göstərir, hərəkətli oyunları sevirlər. Fiziki əməklə məşğul olurlar. Lakin özlərinə qarşı laqeyddirlər. Bəzən adi işlərin görülməsində acizlik göstərirlər. İş prosesində tez-tez müxtəlif zədələr alırlar.

Cinsi xüsusiyyətinə görə oğlanları tərbiyə etmək bir qədər çətinidir. Qızlara nisbətən onların dərəcə dərəcəliyyətləri və müvəffəqiyyətləri aşağı olur, özlərindəki nöqsanları görmür, çatışmazlıqlara tənqidi yanaşmırlar.

Məktəb yaşlarında tərbiyədə buraxılan nöqsanlar nəticəsində sonradan "çətin" yeniyyətlər yetişir. Onlarda pis adətlər (papiros çəkmə, alkoqol içkilərdən və narkotik maddələrdən istifadə etmə, ədəbsiz danışmaq), qanunun pozulması (xuliqanlıq, oğurluq) halları yaranır.

Yeniyyətlə yaşın çətinlikləri

Yeniyyətlilik oğlanların tərbiyəsinin ən məsuliyyətli dövrüdür. Bu yaş təsadüfi olaraq çətin dövr adlandırılır. Bu dövr həm də valideynlər və müəllimlər üçün də çətin dövr hesab olunur. Bu çətinliklərin bir çox səbəbləri vardır. Bu vəziyyət xüsusilə məktəblinin orta yaş dövründən keçid dövrünə qədər təsadüf edir. Bu vaxt o nə uşaqdır, nə də böyük. Yeniyyətlənin belə bir aralıq yaş dövrü onların tələbi ilə real imkanları arasında ziddiyyət yaradır. Onlar anlaşılmaz işlər törədir, əhval-ruhiyyələri tez-tez pozulur, özlərini necə aparmağı sanki bacarmırlar. Odur ki, bu dövrdə ata və ana daha səbirli olmalı, oğlu özlərindən uzaqlaşdırmamalıdır. Elə etmək lazımdır ki, onlar evi tərk etməsinlər. Onların kəskin danışığına səbrlə cavab vermək lazımdır. Tələbkərlik, hörmət qarşılıqlı münasibətlər əsasında qurulmalıdır. Orta yaşlı gənclərin fiziki imkanları valideynləri bir tərəfdən müəyyən qayğılardan azad etsə də, digər tərəfdən onların məsuliyyəti qat-qat artırır.

Yeniyyətləri pis təsirdən necə uzaqlaşdırmalı?

Valideynlər çox vaxt yeniyyətlərin pis mühitə düşməsindən, papiros çəkməsindən, içkidən istifadə etməsindən və digər bəd əməllərlə məşğul olmasından əziyyət çəkirlər. Qeyd etmək lazımdır ki, bu çox vaxt əvvəlki illərdə tərbiyədə buraxılan səhvədən irəli gəlir. Buraya təzə dostlar da mənfi təsir göstərə bilər. Odur ki, valideynlər övladlarına qayğı ilə yanaşmalı, oğullarının asudə vaxtlarını necə və kimin əhatəsində keçirdikləri ilə maraqlanmalı, dost seçimində onlara təmkinlə məsləhət verməli və vaxtlarını mənalı keçirməkdə yardımçı olmalıdırlar. Oğlanlar məktəbdənke-nar saatlarda marağ dairələrinə uyğun müxtəlif bədii-texniki dərəcələrdə, idman sekiyalarında məşğul ola bilərlər. Bütün imkanlardan istifadə edərək, yeniyyətləri bədii və elmi mütaliyəyə cəlb etmək, onları dövrü mətbuatı izləməyə həvəsləndirmək böyük əhəmiyyət kəsb edir. Asudə vaxtın mənalı və məzmunlu təşkili yeniyyətləri pis vərdislərdən uzaqlaşdırır, onların hərtərəfli inkişafına, qabiliyyət və istedadlarının tam şəkildə üzə çıxmasına kömək edir.

Nəvələrin tərbiyələndirəsi

Ailədə uzunmüddətli ünsiyyət ən çox nənə ilə nəvələr arasında yaranır. Həyatın mürəkkəbliyi nəticəsində (xüsusilə son dövrlərdə rastlaşdığımız çətinliklər – məktəbəqədər müəssisələrin azalması, maddi problemlər və s.) təqaüdcülər ev təsərrüfatı və nəvələrin tərbiyəsi ilə məşğul olurlar. Nəvələrə qayğı, himayə, onların tərbiyəsi nənə və babaların həyatının mənasına çevirilir. Əlbəttə, nəvələrə qayğı, eləcə də, qocaların evin başqa işlərini öz üzərlərinə götürmələri təqdirəlayiqdir.

Lakin həyatlarının qalan hissəsini övladlarına və nəvələrinə həsr edən qocaların xeyirxahlığından sui-is-

tifadə də etmək olmaz. Həyat yoldaşını erkən itirən qocalara, xüsusilə qadınlara oğulun və ya qızın ailəsi yeganə təsəllidir. Bu da təbiidir. Ancaq atanın və ananın işləməsini nəzərə alıb, ailəyə kömək əlini uzadan nənələr evdə dayə rclunu oynamamalı, ailənin quluna çevrilməməlidirlər.

Validəylər bir qayda olaraq, uşaqlarının tərbiyəsini nənənin üzərinə qoyurlar. Nənələr isə öz növbəsində nəvələrinin hər bir şıltaqlıqlarına dözürlər, onların erköyün böyümələrinə şərait yaradırlar. Zənnimizcə, baba və nənə övladları ilə münasibətlərdə müəyyən hədləri gözləməlidirlər. Onlardan kömək almaq və onlara kömək etmək olar, lakin həddi keçmək olmaz.

İSTİFADƏ OLUNAN ƏDƏBİYYAT

1. Rusca-Azərbaycanca lüğət (üç cildlik).
2. Azərbaycan dilinin izahlı lüğəti, 1886-cı il.
3. Етикет у народов Средней Азии, 1988 г.
4. И.Панкеев. "Энциклопедия этикета", 1999 г.
5. Чиненный А.И., Стоян Т.А. "Этикет на все случаи жизни", 1987 г.
6. Гусев И.В. "Этикет современная енциклопедия", 2000 г.
7. Марьяна Безруких. "Я и другие, "Я или правила поведения для всех".
8. Гумницкий Г.Н., О.М.Кононова. "Эстетика в общественном питании".
9. Волкогонов Д.А. "Беседы о воинской этике".
10. Илюхин Ф.В. "Дорожная этика", 1988 г.
11. Карпенкл Л.А. "Психология"
12. Понтелеев Г.И. "Эстетика дошкольного учреждения".
13. "Этическая мысль". Научно-публицистические чтения", 1988 г.
14. Волкогонов Д.А. "Воинская этика"
15. Никитин Б., Никитина Л. "Мы, наши дети и внуки".
16. Календари, 1980-2001 г.
17. Dövri nəşriyyatlarda dərc olunan materiallar.

MÜNDƏRİCAT

Müəllifdən	3
Davranış mədəniyyəti	8
Küçədə	8
Şəhər nəqliyyatı	14
Mağazada, bazarda	18
Ezamiyyətdə	20
Uzaq yolda	23
Təyyarədə	26
Gəmidə	27
Kinoda, teatrda, konsertdə	28
Kitabxanada	34
İş yerində, işə qəbul	35
İlk iş günü	38
Kollektiv	40
İşgüzar münasibətlər	44
Qəhvəxanada, restoranda	47
İctimai yeməxanada	51
Qonaq və qəbulu	58
dəvət etmə	60
Qonaqsınız	62
Qonaqların və ev sahiblərinin özlərini aparma qaydaları	65
Süfrənin düzülməsi	77
Yeməklərin verilmə qaydası	83
Xörəklər və onların yeyilməsi	87
İçkilər	95
Kokteyl	99
Qonaqların yerləşdirilməsi	100
Vizit	103
Vizitin qəbulu	107
Vizit kartoçkası	111
Müraciət formaları	114
Tanışolma, təqdim etmə	117
Salamlaşma	121
Telefon danışığı	126

Məktublaşma	130
Papiros çəkmə	136
Hədiyyələr	139
Kosmetika	149
Qiymətli zinət əşyaları	152
Daşların xüsusiyyəti	160
Geyimlə qarşılayırlar	168
Kişi qarderobu	171
Qadın qarderobu	173
Məqsədəuyğun geyim	175
Ev	179
Ailə	182
İzahlar, məlumatlar və faydalı məsləhətlər	187
Yaxşı insan olmaq üçün nə etməli?	187
Vəzifələrimiz	188
Faydalı məsləhətlər (xüsusi ilə qadınlar üçün)	190
Məktublar	194
Bu ağılsız dünyada necə sağ qalmaq olar?	206
Mədəni olmaq	216
"Yox" deməyi öyrən	218
Kişilər üçün bir neçə ədəb qaydaları	218
Qadın kişiye nə vaxt yol verir?	219
Cavanlığın sirri	219
Yüz il yaşamaq istəyirsinizmi?	220
Yetkinlikdən uzun ömrə doğru	221
Xüsusi münasibət	221
Qohumluq lüğəti	221
Toy ildönümləri və yubileylər	222
Mübahisədən uzaq olmaq üçün məsləhətlər	223
Qonaq getməyə hazırlaşırıq	224
Çay verərkən	225
Kokteyl	225
Ədəblə içməyi bacarıyırmı?	231
Süfrədən nəyi əllə götürmək olar?	232
Aperitiv nədir?	232
Hər içkinin öz bədəsi olmalıdır	233
İlk yemək dəsti nə vaxt yaranmışdır?	234

Uşaqlar süfrədə özlərini necə aparmalıdırlar?	234
Qaşıqdan istifadəni və fincandan içməyi uşaqlara nə vaxt öyrətməli?	235
Qonaq uşaqlıdırsa	236
Qadına (həyat yoldaşı) "qonaq" getmək	236
Geyimin boy-buxuna uyğunlaşdırılması	237
Gəlin necə geyinməlidir?	237
Qalstukun bağlanması	238
Qadın şalvarının tarixi	238
Kosmetika	238
Ailə və yaxınlarımıza qarşı vəzifələrimiz	239
Yemək yeməyin ədəbləri	244
Ailə həyatının ən vacib hadisələrindən (məhəbbət, nişan, toy)	246
Uşaq necə tərbiyə olunursa elə də böyüyür	252
İstifadə olunmuş ədəbiyyat.....	265

Çapa imzalanmış 08.01.03
Formatı 84x108 1/16
Həcmi 16,75 ç.v.
Sifariş N1
Tirajı 1000 nüsxə.
Qiyməti müqavilə ilə

"Gənclik" nəşriyyatı
Bakı, H.Hacıyev, 4

"Səbail mətbəə-1" ASC
Ə.Bayramov küç., 3