



ಊಟದ ಟೇಬಲ್‌ನಲ್ಲಿ..

ನೀವು ನೆನಪಿನಲ್ಲಿ ಇಟ್ಟುಕೊಳ್ಳಬೇಕಾದ ವಿಚಾರಗಳು ಹೀಗಿರಲಿ..

■ ಹೀರಾ, ಆರ್.

ಯಾವುದಾದರೂ ಒಂದು ಔತಣ ಕೂಟವನ್ನು ಏರ್ಪಡಿಸಿ, ನಿಮ್ಮನ್ನು ಆಹ್ವಾನಿಸಿದಾಗ ಊಟದ ಟೇಬಲ್ ಮುಂದಿನ ಕೆಲವು ನಡತೆಗಳನ್ನು ನೀವು ತಿಳಿದುಕೊಂಡಿರಬೇಕು. ಸಂಘಜೀವಿಯಾದ ಮನುಷ್ಯ ಸಮೂಹಮಟ್ಟದಲ್ಲಿ ಹೇಗೆ ನಡೆದುಕೊಳ್ಳಬೇಕು ಎನ್ನುವುದನ್ನು ಇದು ಸೂಚಿಸುತ್ತದೆ. ಇಲ್ಲಿ ಕೆಲವು ಊಟದ ನಡವಳಿಗಳನ್ನು ಸೂಚಿಸಲಾಗಿದೆ. ಅವುಗಳನ್ನು ಪಾಲಿಸಿದರೆ ಒಳ್ಳೆತು.

- ★ ಎಲ್ಲರಿಗೂ ಊಟ ಬಡಿಸುವ ತನಕ ಕಾದು ಕುಳಿತು ಸಾಲಿನಲ್ಲಿ ಅತೀ ಹಿರಿಯ ಮನುಷ್ಯನು ಊಟಕ್ಕೆ ಕೈ ಹಾಕಿದ ಮೇಲೆ ಇತರರು ಅವನನ್ನು ಅನುಸರಿಸಿದರೆ ಉತ್ತಮ.
- ★ ದೊಡ್ಡ ಔತಣ, ಪಾರ್ಟಿಗಳಲ್ಲಿ ದೊಡ್ಡದಾದ ಬಿಳಿ ಟವೆಲ್ ಹಾಗೂ ನ್ಯಾಪ್‌ಕಿನ್ ಇಡುತ್ತಾರೆ. ಅದನ್ನು ತೊಡೆಯ ಮೇಲೆ ಬಿಡಿಸಿ ಹಾಕಬೇಕು. ಮೇಜಿನಿಂದ ಏಳುವಾಗ ಅದನ್ನು ಮಡಿಸಿ, ಎಡಬದಿಯ ಅಂದರೆ ತಟ್ಟೆಯ ಎಡದಿಕ್ಕಿನಲ್ಲಿ ಇಡಬೇಕು.
- ★ ಊಟಕ್ಕೆ ಕುಳಿತುಕೊಳ್ಳುವಾಗ ನೆಟ್ಟಗೆ ಕುಳಿತು, ಕುರ್ಚಿಯನ್ನು ಹತ್ತಿರಕ್ಕೆ ತಂದು ಕುಳಿತುಕೊಳ್ಳಬೇಕು. ಇದು ಸರಿಯಾದ ರೀತಿ ಹಾಗೂ ಈ ರೀತಿ ಕುಳಿತುಕೊಳ್ಳುವುದರಿಂದ ಅನ್ನವು ಮೈ, ಕೈ ಮೇಲೆ ಬೀಳುವ ಪ್ರಸಂಗವು ಕಡಿಮೆ. ಗುನು ಬೆನ್ನಿನಲ್ಲಿ ಕುಳಿತರೆ ಅದು ನೋಡುವವರಿಗೆ ಅಸಹ್ಯವನ್ನುಂಟು ಮಾಡುತ್ತದೆ.
- ★ ಮೇಜಿನ ಮುಂದೆ ಊಟಕ್ಕೆ ಕುಳಿತಾಗ ಇಡೀ ಕೈಯನ್ನು ಮೇಜಿನ ಮೇಲೆ ಇಡದೇ, ಐದು ಬೆರಳುಗಳಿಂದ ಮಾತ್ರ ತಿನ್ನಬೇಕು. ಆದರೆ ಕೆಲವು ಸಂದರ್ಭಗಳಲ್ಲಿ ಚಮಚ, ಪೋರ್ಕ್ ಇಟ್ಟಾಗ ಕೈಯನ್ನು ಇಡಬಹುದು.
- ★ ಚಮಚ ಹಾಗೂ ಪೋರ್ಕ್ ಮೇಜಿನ ಮೇಲೆ ಇಟ್ಟರೆ, ಅದರಿಂದ ಮೇಜಿನ ಮೇಲೆ ಹಾಕಿದ ಬಟ್ಟೆಯಲ್ಲಿ ಚಿತ್ರ ಬಿಡಿಸುವ ಅಭ್ಯಾಸವು ಹಲವರಿಗೆ ಇದೆ. ಇದನ್ನು ನಿಲ್ಲಿಸಿದರೆ ಒಳ್ಳೆಯದು. ಕೆಲವರಿಗೆ ಚಮಚದಿಂದ ಸದ್ದು ಮಾಡುವ ದುರಭ್ಯಾಸವೂ ಇರುತ್ತದೆ.
- ★ ಮೇಜು ಎಂದರೆ ನಾವು ನಾವೇ ಬಡಿಸುವುದೆಂದು. ಆಗ ನಾವು ಇತರರ ಮೇಲೆ, ಬಡಿಸುವವರ ಅಥವಾ ಮನೆಯಾಕೆಯ ಮೇಲೆ ಹೊಂದಿಕೊಂಡು ಇರದೆ, 'ನಾನು ಉಪ್ಪು ತೆಗೆಯಲೇ' ಅಥವಾ 'ನನಗೆ ಉಪ್ಪು ಬೇಕು' ಎಂದು ಹೇಳದೇ ನಾವು ಉಪ್ಪನ್ನು ನಮ್ಮಷ್ಟಕ್ಕೆ ಬಡಿಸಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು.
- ★ ಮೇಜಿನ ಮೇಲಿದ್ದ ಯಾವುದಾದರೂ ಒಂದು ವಸ್ತು ಕೆಳಗೆ ಬಿದ್ದರೆ ಅದನ್ನು

- ಊಟವಾದ ಮೇಲೆ ತೆಗೆದರೆ ಒಳ್ಳೆಯದು. ಅದೇ ಹೋಟೆಲಿನಲ್ಲಿ ಬಿದ್ದರೆ ಅದನ್ನು ಮೇಲೆ ಇಡಬೇಕೆಂದಿಲ್ಲ. ಅದಕ್ಕಾಗಿ ನೌಕರರು ಇರುತ್ತಾರೆ.
- ★ ಉಪ್ಪಿನ ಪಾತ್ರೆಯಲ್ಲಿ ಚಮಚವಿಲ್ಲದಿದ್ದರೆ, ಕೈಯಿಂದ ತೆಗೆಯುವ ಬದಲು ಪೋರ್ಕ್‌ನ ಇನ್ನೊಂದು ಬದಿಯಿಂದ ತೆಗೆದರೆ ಒಳ್ಳೆತು.
- ★ ಬಡಿಸುತ್ತಾರೆ ಎಂದು ಒಂದೇ ಬಾರಿಗೆ ಎಲ್ಲವನ್ನೂ ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳುವ ಬದಲು, ಸ್ವಲ್ಪವೇ ಬಡಿಸಿಕೊಳ್ಳಿ. ಎರಡನೇ ಬಾರಿ ಬೇಕಿದ್ದರೆ ಮತ್ತೆ ಬಡಿಸಿಕೊಳ್ಳಿ.
- ★ ದೊಡ್ಡ ಔತಣಗಳಲ್ಲಿ, ಪಾತ್ರೆ ಅಥವಾ ಡಿಷ್‌ಗಳನ್ನು ನಿಮ್ಮ ಬಳಿ ಎಲ್ಲರೂ ಬಡಿಸಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಾ ಪಾಸ್ ಮಾಡುತ್ತಿರುತ್ತಾರೆ. ನೀವು ಅದರಿಂದ ನಿಮಗೆ ಬೇಕಾದಷ್ಟನ್ನು ಬಡಿಸಿ ಹತ್ತಿರದಲ್ಲಿದ್ದವರಿಗೆ ಕಳುಹಿಸಲು ಮರೆಯದಿರಿ.
- ★ ಸೂಪ್ ಪ್ಲೇಟ್, ಕಾಫಿ, ಚಾ ಕಪ್‌ಗಳಲ್ಲಿ ಚಮಚವನ್ನು (ಸಕ್ಕರೆ ಅಥವಾ ಬೇರೆ ಏನಾದರೂ) ಕಲಸಿದ ನಂತರ ಬಿಡಬೇಡಿರಿ. ಅದನ್ನು ಸಾಸರ್‌ನಲ್ಲಿ ತೆಗೆದಿಡಿರಿ. ಊಟವಾದ ಮೇಲೆ ಚಮಚ, ಪೋರ್ಕ್, ಚೂರಿಗಳನ್ನು ಚಂದ ಮಾಡಿ ಜೋಡಿಸಿ ಸಮೀಪ ಇಟ್ಟುಬಿಡಿ.
- ★ ಊಟವಾದ ಅನಂತರ ನಿಮ್ಮ ಪ್ಲೇಟ್‌ಅನ್ನು ದೂರವಿರಿಸದೆ, ಇದ್ದಲ್ಲಿಯೇ ಇಡಿ. ಹೋಟೆಲಿನಲ್ಲಾದರೆ ಒಂದೊಂದು ತಿಂಡಿ ತರುವಾಗ, ಅವರು ತೆಗೆದುಕೊಂಡು ಹೋಗುತ್ತಾರೆ.
- ★ ಬಾಯಿಯಲ್ಲಿ ತಿಂಡಿ ಹಾಕಿದಾಗ ಬಾಯಿ ಮುಚ್ಚಿ ತಿನ್ನಿರಿ. ನಿಮ್ಮ ಹಲ್ಲು ನಾಲಗೆ ಎಲ್ಲಾ ಸ್ವಚ್ಛವಿದೆಯೋ ಇಲ್ಲವೋ ಎಂದು ಊಟದ ಹೊತ್ತು ತೋರಿಸುವ ಅವಶ್ಯಕತೆಯಿಲ್ಲ. ತಿಂಡಿ ತಿನ್ನುವಾಗ ಪಚ.. ಪಚ.. ಶಬ್ದ ಮಾಡಬೇಡಿ. ತಿಂಡಿ ಬಾಯಿಗೆ ಹಾಕುವಾಗ ನಾಲಗೆ ಹೊರಗೆ ಚಾಚಬೇಡಿ.

ನಿಮ್ಮನ್ನು ಗೆಳೆಯರು ಊಟಕ್ಕೆ ಕರೆದಿರುತ್ತಾರೆ. ಪದಾರ್ಥವು ರುಚಿ ಆಗಿದ್ದರೂ, ಆಗದಿದ್ದರೂ ಆಹ್ವಾನಿಸಿದವರಿಗೆ ಒಳ್ಳೆಯ ಮಾತನ್ನೇ ಹೇಳಿ. ಯಾರು ಊಟವನ್ನು ತಯಾರಿಸಿದ್ದಾರೋ ಅವರು ನಿಮ್ಮ ಸಮಾಧಾನಗೊಳಿಸ್ತಾರೆ. ತಮಗೆ ಸಾಧ್ಯವಾದಷ್ಟು ಉತ್ತಮ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ಲಗುಬಗೆಯಿಂದ ತಯಾರು ಮಾಡಿರುತ್ತಾರೆ. ಏನೂ ಹೇಳದೆ ಸುಮ್ಮನೆ ಗುಮ್ಮನ ಹಾಗೆ, ಉಣ್ಣುತ್ತಾ ಕುಳಿತರೆ ಮನೆಯಾಕೆಗೆ ಏನೋ ತಳಮಳ-ತಾನು ತಯಾರಿಸಿದ ತಿಂಡಿ ಸರಿಯಾಗಿಲ್ಲವೋ ಎಂಬ ಆತಂಕ. 'ಆಹಾ! ಪದಾರ್ಥ ತುಂಬಾ ರುಚಿಯಾಗಿದೆ' ಎನ್ನುವುದು ಸೌಜನ್ಯದ ನಡೆ.