



# НА МАСА ОКОЛО ПОЛОВИННАТА СВЯТ

Бъдете готови за нови неща, които ще видите и научите. Ако не сте убедени как да се държите, не се страхувайте да питате. И бъдете сигурни, че вашата любознателност и учтивост ще направят добро впечатление

ТЕКСТ **МИЛЕНА ХЛЕБАРОВА**

**И**ма и такъв начин да опознаем света – на маса. Или по-точно да научим много за различните националности покрай техните навици и култура при хранене. „Не е нужно да говорите на висок глас, за да ви чуят. Вашите маниери говорят достатъчно“, казва Елинор Рузвелт, бивша първа дама на САЩ. През 1788 г. немският аристократ барон Адолф Фрайхер фон Книге пише книгата „За общуването между хората“ и става звезда в кралските европейски дворове. За първи път създава стандарт за изискани обноски и поведение на масата и в обществото. Но светът не е Европа, а и европей-

ските народи имат своите традиции. Светът е много по-богат от всички книги за етикет, взети заедно, обносните и особености в поведението на маса са различни. Познаването на особеностите дава предимства в общуването. При пътувания наблюдавайте местните хора и маниерите им на маса, това е най-добрият начин да ги изучите. Бъдете готови за нови неща, които ще видите и научите. Ако не сте убедени как да се държите, не се страхувайте да попитате. Подражайте, искайте да ви покажат и бъдете сигурни, че вашата любознателност и учтивост ще направят добро впечатление. С тези начални думи и общи инструкции тръгваме в нашето пъте-

шествие край масите на половината свят. Започваме от Страната на изгряващото слънце.

**В Япония** е прието хората да се покланят, когато поздравяват някого. Колкото е по-нисък е поклонът ви, толкова по-голямо е уважението, което показвате. Съществен елемент от поведението в Япония е събуването на обувките, преди да се влезе в дом, дори офис. Важно е да се говори спокойно, без емоции, като контролирате тембъра и нюансите на гласа. При общуване внимавайте да спазвате йерархията – в семейството или в компанията. Най-голямо е уважението към бащите на фамилията и на бизнеса. Разбираемо и очаквано е да не



**МИЛЕНА ХЛЕБАРОВА**

Е Е БАКАЛАВЪР ПО БИЗНЕС АДМИНИСТРАЦИЯ ОТ НБУ

и магистър по психология от СУ „Св. Климент Охридски“. Има специализации по приложна социална психология и психоанализа. Занимава се с анализ на публичните маниери и човешкото поведение.



Добрите маниери на маса в Китай се свързват с умелото използване на пръчиците за хранене

се говори с пълна уста. Но не така е със сърбането, което европейският човек смята за невъзпитано. В Япония то е добре прието на маса и особено по време на чайната церемония, която е важен елемент от японската култура. Споделянето на чая, като живителна течност от извора на живота, е интимен момент и себеизразяване. Участието в тази церемония оставя незабравими преживявания и е ценен инструмент за изграждане и укрепване на отношенията между хората.

В **Китай**, тази огромна страна, храната е различна по съдържание, вкус и начин на приготвяне в различните региони. Да я познавате, е важно за поведението по време на хранене. Добрите маниери на маса се свързват с умелото използване на пръчиците за хранене. Те са дървени или порцеланови и са единствените прибори на масата. Има някои важни правила при боравене с тях – използват се само за хранене, не се поставят (забождат) в купичката с ориз вертикално. Не се използват за сочене или за прехвърляне на храна от един на друг човек. При употреба трябва да са винаги в комплект, по две. В Китай се счита за съвсем нормално

да се предлагат по няколко ястия на масата, които се споделят от всички.

В **Индия** е прието да се яде с ръце, като се използва предимно дясната ръка. Индийците използват хляб (роти, чапати, пури, наан и други разновидности) вместо прибори и загребват с него от обща чиния. Храната им е с много подправки, често люта, предимно вегетарианска. Не се консумира говеждо месо, кравата е свещено животно. Прословутото „къри“ е термин, използван за описване на различни ястия, приготвени с подправки. Думата „къри“ произлиза от тамилската дума „кари“, която означава сорт зеленчуци.

В **Саудитска Арабия**, където не се яде свинско и не се пие алкохол, кухнята е богата и разнообразна, повлияна е от средиземноморската и арабската кулинарна традиция. Яде се с дясната ръка, храната се споделя, спазват се религиозните предписания при храненето. Жените са облечени консервативно, според предписанията на Корана, с покрити рамене и коси. Мъжете са в типичните за арабския свят роби тип „тоб“ и шал „гутра“ за главата. Избягва се

физически контакт между двата пола, дори деловото здрависване не е разрешено. Не се снимат хора без разрешението им.

## СЕГА ДА СЕ ВЪРНЕМ НА НАШИЯ КОНТИНЕНТ

В **Италия** храната е религия, ботговори се и се коментира по всяко време. Естествено е на масата да се говори оживено, дори да се тананика и танцува върху нея или около нея. Италианците живеят, за да се хранят. Не сядат на масата без чаша вино. Обожават храната на „мама и баба“. Това е родината на пицата, пастата, ризотото (с морски дарове, кюфтенца или само със зеленчуци), лазанята, сирената пармезан, пекорино, бурата, рикота, пармската шунка, тирамисутото, сладоледа, канолите, кафето еспресо. Както и на напитките – лимончело, кампари, аперол и виното просеко. Традиционно вино се пие по много. Страната е вторият в света производител на вино, с 44 000 000 хектолитра на година (2023). Легендарната местна пица „Маргарита“ е кръстена на кралица Маргарита Савойска и е изпечена за пръв път през 1889 г. от неаполитанския пицар Рафаеле Еспозито. Прави се от тесто, дома-

тен сос, моцарела и босилек, все съставки с цветовете на италианското знаме. Пица „Маргарита“ е един от символите на италианската кухня и се радва на популярност в целия свят. През 2017 г. изкуството по приготвянето ѝ получи статут на „нематериално културно наследство“ на ЮНЕСКО.

**Французите** са хора с финес, отличат се с вкус и приемат храненето като една от най-приятните части от живота. Използват с лекота различни прибори в зависимост от вида на храната (сирена, меса, охлюви, морски дарове, риба, сладкиши). В Париж, ако не опитате лучена супа с багета, чаша топло мляко с какао и кроасан, и торта „Павлова“ с чаша шампанско, не сте усетили кулинарната слава на града. Напитките са важна част от френската култура. Страната е най-големият производител на вино в света, а винарските региони Бордо, Бургундия и Шампан са с легендарен статут.

## ПЪТУВАЙКИ ОТ ИЗТОК НА ЗАПАД, СТИГАМЕ И ДО АМЕРИКА

САЩ са цяла вселена от храни и напитки. Всеки щат има свои предпочитани ястия и питиета. Културата на маса и етикетът на хранене носи традициите на прародителите преселници. Времето в тази делова страна е най-ценният капитал и точността се цени много на официална вечеря или друго събитие на маса. Затова идването

в предварително определения час е просто задължително. Извън делова среда, където правилата за поведение на маса са стриктни, официализирани и се спазват, етикетът на хранене е неформален. Прието е да се обръщате към домакините и гостите на малко име и на „ти“, а не на фамилия и „Вие“. Разговорът по време на хранене е очакван и насърчаван. Американците ценят практичността, удобството и самостоятелността.

В **Канада** никак не обичат да сравняват тяхната култура на маса с тази в САЩ. Кухнята е богата и разнообразна, повлияна от коренното население, европейските заселници и многобройните имигранти. Хранителната емблема на Канада е кленовият сироп. Използва се при сладки и солени тестени изделия, за сосове, смутита, коктейли и в приготвяне на меса, птици и риба. Кленовият сироп има статут на галактически пътник, защото няколко пъти е бил в Космоса с канадския астронавт Крис Хадфийлд. Някои дивечови храни са забранени за консумация, като меса от диви патици, мечка, лос.

В **Аржентина** на маса важат правилата за поведение, типични за западноевропейците. Отдава се специално внимание на титлите и обръщенията, изрядния външен вид и стриктно спазване на официалния протокол. Закъснението е неучтиво. Храненето е обилно, пъстро, винаги с вино. Виното е важна съставка за някои аржен-

тински ястия, като марината за асадо (печено месо) и емпанадас (пържени или печени тестени джобчета с месо). Аржентина има най-високата консумация на вино на глава от населението в Южна Америка. Първите лозя са донесени от испанските завоеватели през XVI век. Мендоса е най-известният винен регион в Аржентина, дом на над 1000 винарски изби. Най-популярните вина са червените „Малбек“, „Каберне Совиньон“ и бялото „Торонтес“. От 2011 г. на всеки 17 април са тържествата Malbec World Day, в чест на едно от най-известните вина в света.

Наричат **Чили** латиноамериканската Швейцария. Подреденост, точност, делови ритъм, образованост. Храненето е винаги съпроводено с вино, страната е признат производител на сортовете „Каберне Совиньон“, „Мерло“ и „Шардоне“. В Чили е обичайно да се закъснява с 15 – 30 минути за неформални събирания, но за официалните е важно да сте навреме. Като поднесете подарък на домакинята, не очаквайте веднага да го отвори. Чаят мате е популярна напитка, особено в южните части на страната, има стимулиращ ефект и е здравословен. Приготвя се от изсушени листа на растението йербате мате, пие се с метална сламка, бомбиля, в специална дървена или керамична купа, калабаса, която се предава от човек на човек.

Това е половината свят, който минахме край маса. Беше ли ви интересно? ▣

Не е нужно да говорите на висок глас, за да ви чуят. Вашите маниери говорят достатъчно.

Елинор Рузвелт,  
бивша първа дама на САЩ

