

Unverkäufliche Leseprobe

Alle Rechte vorbehalten. Die Verwendung von Text und Bildern, auch auszugsweise, ist ohne schriftliche Zustimmung des Verlags urheberrechtswidrig und strafbar. Dies gilt insbesondere für die Vervielfältigung, Übersetzung oder die Verwendung in elektronischen Systemen.



»Mein grober Plan für das neue Jahr war, so schnell wie möglich zu verstehen, wie Dänemark tickte und was seine Einwohner so glücklich machte. Bis dahin hatten meine typischen guten Vorsätze fürs neue Jahr ›mehr Yoga machen‹, ›Stephen Hawking lesen‹ oder ›drei Kilo abnehmen‹ gelaftet. Für dieses Jahr hatte ich nur einen: ›dänisch zu leben‹. Innerhalb der nächsten zwölf Monate würde ich alle Aspekte dieser Daseinsform erforschen, Experten verschiedenster Bereiche befragen und sie durch Bitten, Drohungen und Bestechung dazu bringen, mir die Geheimnisse der viel gerühmten dänischen Zufriedenheit zu offenbaren und mir zu zeigen, wie die Dänen die Dinge angingen.«

Helen Russell schreibt als Skandinavien-Korrespondentin für »Guardian«, »Telegraph« und »The Wall Street Journal«. Sie lebt mit Mann, Kind und Hund in Jütland.

Weitere Informationen erhalten Sie unter www.fischerverlage.de

Helen Russell

**HYGG
HYGG
HURRA!**

Glücklich wie
die Dänen

Aus dem Englischen
von Andrea Kunstmann

FISCHER Taschenbuch



Erschienen bei FISCHER Taschenbuch
Frankfurt am Main, Mai 2017

Die englische Originalausgabe erschien 2015
unter dem Titel »The Year of Living Danishly.
Uncovering the Secrets of the World's Happiest Country«
bei Icon Books Ltd.
Text copyright © 2015 Helen Russell

© 2017 S. Fischer Verlag GmbH,
Hedderichstr. 114, D-60596 Frankfurt am Main

Satz: Dörlemann Satz, Lemförde
Druck und Bindung: CPI books GmbH, Leck
Printed in Germany
ISBN 978-3-596-29825-9

INHALT

PROLOG	Alles wird anders! Mein Glücksprojekt	9
① JANUAR	Trautes Heim, Hygge allein	33
② FEBRUAR	Überstunden machen war gestern	69
③ MÄRZ	Freizeit und Fremdsprachen	96
④ APRIL	Bedeutende Dänen & und anderes Getier	124
⑤ MAI	Viele Traditionen & ein Tadel	141
⑥ JUNI	Nur ein Mädchen	168
⑦ JULI	Fremdgehen und fremde Länder	198
⑧ AUGUST	Kind in Dänemark müsste man sein	223
⑨ SEPTEMBER	Metzger, Bäcker und andere Künstler	251
⑩ OKTOBER	Ein trinkender Wikinger kennt keinen Schmerz	281
⑪ NOVEMBER	Im Reich der Finsternis	302
⑫ DEZEMBER	Vertraut euren Finanzbeamten!	326
⑬ WEIHNACHTEN	God Jul!	346
EPILOG	Made in Denmark	381
GLÜCKLICH WIE DIE DÄNEN: Die 10 besten Tipps		394
DANKSAGUNG		397

PROLOG

ALLES WIRD ANDERS! MEIN GLÜCKSPROJEKT

Es hat eigentlich alles ganz harmlos angefangen. Nach ein paar freien Tagen schoben mein Mann und ich den üblichen Nach-Urlaubs-Frust. Es fiel uns unglaublich schwer, uns wieder in den Alltagstrott zu fügen. Auf London ging ein grauer Nieselregen nieder, die Stadt sah schmutzdelig und genauso erschöpft aus, wie ich mich fühlte. »Es muss doch mehr geben im Leben ...« – dieser fiese Satz kreiste in meinem Kopf, wenn ich morgens mit der U-Bahn ins Büro fuhr, und zwölf Stunden später, wenn ich wieder nach Hause lief, bevor ich auf diversen Abendveranstaltungen noch ein paar Überstunden machen musste. Ich arbeitete als Journalistin bei einem Hochglanzmagazin und kam mir vor wie eine Betrügerin, weil ich meine Tage damit zubrachte, meinen Leserinnen zu versichern, dass sie »alles« haben konnten: Work-Life-Balance und Erfolg, einen gesunden Lebensstil ohne Aufputzmittel und Alkohol und immer den neuesten Look und einen strahlend-frischen Teint. Ich dagegen zahlte in Wahrheit immer noch meinen Studentenkredit ab, brauchte tagsüber deutlich mehr als haushaltsübliche Mengen an Koffein und nachts zum Einschlafen Sauvignon Blanc.

Es war schon ganz normal für mich, dass sich jeden Sonntagabend beim Gedanken an die vor mir liegende Arbeitswoche

ein Druckgefühl in meiner Brust ausbreitete, und mit jedem Morgen wirkte die Snooze-Taste meines Weckers unwiderstehlicher. Ich hatte mir meinen Job in dieser Branche mehr als ein Jahrzehnt lang hart erkämpft, doch kaum hatte ich den Posten bekommen, der mir so erstrebenswert erschienen war, musste ich feststellen, dass er mich nicht glücklicher machte, sondern mich nur noch mehr stresste. Meine Ziele verschoben sich ständig. Kaum hatte ich eines erreicht, fehlte mir etwas anderes. Die Liste der Dinge, die ich wollte oder brauchte oder unbedingt tun zu müssen glaubte, war nie abgearbeitet. Ich hingegen befand mich in einem Zustand chronischer Erschöpfung. Mein Leben erschien mir unstet und bruchstückhaft, und obwohl ich mich ständig bemühte, unzählige Dinge gleichzeitig zu erledigen, kam ich nie richtig hinterher.

Ich war 33, so alt wie Jesus, als er starb – nur war er bis dahin schon über Wasser gelaufen, hatte Lepra geheilt und Tote wieder zum Leben erweckt. Er hatte ein paar Jünger um sich geschart, einen Feigenbaum verflucht und auf einer Hochzeit irgendwas ziemlich Geniales mit Wein angestellt. Und ich? Ich hatte einen Job. Und eine Wohnung. Einen Ehemann und sehr nette Freunde. Und einen neuen Hund – eine Promenadenmischung ungeklärter Herkunft, der einen Touch ländliche Beschaulichkeit in unsere hektische Großstadtextistenz bringen sollte. Mein Leben war also ganz in Ordnung.

Abgesehen von Kopfschmerzen, Phasen der Schlaflosigkeit, einer Mandelentzündung, die trotz monatelanger Antibiotikaeinnahme regelmäßig wiederkehrte, und den Erkältungen, die mich alle zwei Wochen niederstreckten. Aber gehörte das nicht einfach dazu?

Bisher hatte mich das Adrenalin des Hauptstadtlebens eher beflügelt, und das gutgelaunte, dynamische Team, in dem ich arbeitete, sorgte dafür, dass mir nie langweilig wurde. Ich hatte

ein ausgefülltes Sozialleben, enge Freunde, auf die ich zählen konnte, und ich lebte an einem der aufregendsten Orte der Welt. Aber nach zwölf Jahren Vollgas und der zweiten Messerstecherei in zwei Monaten in meinem Nordlondoner Viertel war ich plötzlich fix und fertig.

Zusätzlich beschäftigte mich noch etwas anderes: Seit zwei Jahren ließ ich mich für viel Geld täglich mit Hormonen vollpumpen, nur um jeden Monat aufs Neue enttäuscht zu werden. Wir wünschten uns so sehr ein Kind, aber es wollte einfach nicht klappen. Inzwischen fühlte es sich immer wie ein Schlag in die Magengrube an, wenn wieder einmal eine Glückwunschkarte und ein Sammelumschlag im Büro herumgereicht wurden, weil eine meiner Kolleginnen in Mutterschutz ging. Man stolpert leider ständig über niedliche Strampelanzüge von GAP, wenn man sich seit Jahren nichts sehnlicher wünscht als ein Baby und deswegen dreimal wöchentlich einen Frauenarzttermin hat. Mein Umfeld machte schon Scherze: Ich solle mich beeilen, so jung sei ich schließlich auch nicht mehr, irgendwann sei der Zug abgefahren. Ich lächelte, was das Zeug hielt, und musste mich zusammenreißen, meinem Gegenüber nicht ins Gesicht zu schlagen und »Halt einfach die Klappe!« zu schreien. Ich hatte mich damit abgefunden, demnächst Termine für eine künstliche Befruchtung in meinen Arbeitstag zu pressen, um die verlorene Zeit danach durch noch mehr Überstunden wettzumachen. Ich musste weiter funktionieren, ich musste mich davon abhalten, zu viel nachzudenken, und ich musste den Lebensstil aufrechterhalten, von dem ich dachte, dass ich ihn wollte. Von dem ich dachte, dass wir ihn bräuchten.

Meine bessere Hälfte stand nicht weniger unter Druck als ich, und wenn er abends nach Hause kam, war er meistens auf die ganze Welt sauer. Er regte sich über die unfähigen Autofahrer auf, mit denen er auf der eineinhalbstündigen Fahrt zur

Arbeit und zurück konfrontiert war, brach dann auf dem Sofa zusammen, wo er bei irgendwelchem Trash im Fernsehen ins Koma sank, bevor er schließlich ins Bett kroch.

Mein Mann ist blond, sieht sehr ernst und ein bisschen wie ein Physiklehrer aus und hat als Kind mal an einem Casting für Kinderschokolade teilgenommen. Er wusste zwar nicht so genau, was das ist, weil er ohne Fernsehen aufwuchs, aber seine Eltern hatten die Anzeige im *Guardian* gesehen und fanden, dass das Produkt sehr gesund klang. Ein anderes, äußerst blasches Kind bekam schließlich die Rolle, aber mein Mann erinnert sich immer noch gerne an den Tag, an dem er zum ersten Mal ein Nintendo-Spiel in Händen hielt, das ein anderer hoffnungsvoller Bewerber mitgebracht hatte. Außerdem durfte er so viel Schokolade essen, wie er wollte – ebenfalls etwas, was sonst verboten war. Seine Eltern hielten ihn von den ganzen neomodischen Spielen und Nahrungsmitteln fern und ließen ihm stattdessen klassische Musik, Museumsbesuche und ausgiebige Spaziergänge an der frischen Luft angedeihen. Ihre abgrundtiefe Enttäuschung, als ihr Sohn im zarten Alter von acht Jahren einen dicken Spielzeugkatalog zu seiner Lieblingslektüre erklärte, kann ich zumindest etwas nachvollziehen: Er verbrachte unzählige glückliche Stunden damit, diverse Unterhaltungselektronik und Lego-Sets einzukringeln, die er sich wünschte. Eigentlich war damals schon absehbar, in welche Richtung er sich entwickeln würde.

Als er mir über den Weg lief, hatte ich die Hoffnung bereits aufgegeben. Das war, genau gesagt, im Jahr 2008. Sein Vorgänger hatte auf einer Hochzeit mit mir Schluss gemacht (kein Witz), und mein letztes Date hatte mich zu sich nach Hause zum Essen eingeladen, war dann aber an einer Fußballübertragung im Fernsehen hängengeblieben und hatte darüber vergessen, einkaufen zu gehen. Er bot an, mir eine Pizza zu bestellen,

aber ich sagte, er solle sich keine Umstände machen. Ich hegte also keine allzu hohen Erwartungen, als ich meinen zukünftigen Mann kennenlernte und er mir anbot, für mich zu kochen.

Das Essen erwies sich dann aber als überraschend gelungen. Und er war klug, lustig und nett, er wusste sogar mit Souffléförmchen umzugehen. Letzteres beeindruckte insbesondere meine Mutter schwer. »Der junge Mann muss eine sehr gute Erziehung genossen haben«, erklärte sie mir, »wenn er sogar Souffléförmchen besitzt. Und sogar noch etwas damit anfangen kann.«

Drei Jahre später habe ich ihn dann geheiratet. Vor allem, weil er mich zum Lachen brachte, klaglos meine eher experimentellen Mahlzeiten zu sich nahm und nicht genervt war, wenn ich in unserer Wohnung eine Großbrazzia nach Süßigkeiten veranstaltete. Doch er konnte mich auch auf die Palme bringen: indem er praktisch täglich Schlüssel, Brieftaschen, Handy oder alles drei auf einmal verlor und mit seiner ärgerlichen Angewohnheit, eine halbe Stunde auf dem Klo zu verbringen (»Sag mal, tapezierst du da drinnen neu, oder was?«). Aber wir kamen gut miteinander zurecht und lebten harmonisch zusammen. Und trotz der Arzttermine sowie der leichten Verzweiflung respektive Erschöpfung respektive Viruserkrankungen respektive finanziellen Engpässen am Monatsende liebten wir uns.

Ich stellte mir unser Leben so vor: Wir würden vermutlich in ein paar Jahren aus London wegziehen, arbeiten, Freunde treffen, Urlaub machen und dann in Rente gehen. Ich wollte meine alten Tage wie eine britische Jessica Fletcher in »Mord ist ihr Hobby« verbringen, harmlose Krimis schreiben und Kriminalfälle lösen und mit einem Tässchen Tee auf ein heiteres Ende zusteuern. Mein Ruhestand würde der Hammer werden. Doch als ich meinen Mann an diesen Phantasien teilhaben ließ,

war er wenig begeistert: »Das ist alles?«, fragte er mich. »Aber das machen doch alle.«

»Hast du mir nicht zugehört?«, insistierte ich. »Ich sprach von Jessica Fletcher.«

Er deutete an, dass »Mord ist ihr Hobby« doch nur eine Fernsehsendung sei, worauf ich ihn anblaffte, er wolle mir jetzt wohl auch noch erklären, dass es keine Einhörner gäbe. Da unterbrach er mich, um mir mitzuteilen, dass er unbedingt einmal im Ausland leben wolle.

»Ausland?«, fragte ich, weil ich unsicher war, ob ich ihn richtig verstanden hatte. »Du meinst, *außerhalb dieses Landes*? Nicht *auf* dem Land?«

»Genau.«

»Oh.«

Ich bin nicht sonderlich scharf auf Abenteuer, davon hatte ich in meiner Jugend und in meinen Zwanzigern genug. Inzwischen sehne ich mich nach Stabilität. Wenn man mir mit irgendetwas Gewagtem auch nur winkt, ziehe ich mich sofort in meine Komfortzone zurück. Experimente wage ich nicht mal auf der Speisekarte. Doch meinem Mann schwebte offensichtlich mehr vor. Das machte mir Angst, ich fürchtete, ihm irgendwann nicht mehr zu genügen, und Zweifel begannen an mir zu nagen. Dann, eines verregneten Mittwochabends, eröffnete er mir, dass man ihm einen neuen Job angeboten hatte. In einem ganz anderen Land.

»Wie bitte? Wann war das?«, fragte ich, voller Misstrauen, er könnte sich irgendwo beworben haben, ohne mir davon zu erzählen.

»Heute Vormittag«, antwortete er und zeigte mir eine E-Mail, die offenbar tatsächlich aus heiterem Himmel eingetroffen war. Darin fragte man ihn, ob er Interesse habe, umzuziehen ... nach Dänemark. Das Land, aus dem Plunderteilchen

und Schinken, starke fiktionale Frauenfiguren und das frühere Lieblingsspielzeug meines Mannes stammten. Und es waren eben die Hersteller der kleinen Plastiksteine, die ihn anheuern wollten.

»Lego?«, fragte ich mit einem ungläubigen Blick auf die E-Mail. »Wir sollen nach Dänemark ziehen, damit du bei Lego arbeiten kannst?« Wollte er mich verarschen? Spielten wir in einem verkorksten Sequel dieses Tom-Hanks-Films mit, in dem Erwachsene ihre Kindheitswünsche erfüllt bekommen? Was kam als Nächstes? Würden die fünf Freunde mich in ihre Bande aufnehmen? Würde ich gleich eine SMS von My Little Pony bekommen, mit dem Angebot, Herrscherin über Equestria zu werden? »Um Himmels willen, wie ist das denn passiert? War da ein Flaschengeist am Werk oder ist ein Zaubertrick schiefgegangen?«, fragte ich.

Mein Mann schüttelte den Kopf. Er habe wirklich erst heute davon erfahren – ein Headhunter, mit dem er vor Jahren einmal Kontakt gehabt hatte, musste ihn ins Gespräch gebracht haben. Doch auch wenn er die Sache nicht aktiv herausgefordert habe, liege das Angebot nun auf dem Tisch, und er hoffe, dass wir wenigstens darüber nachdenken könnten.

»Bitte!«, bettelte er. »Tu es für mich. Ich würde es für dich auch tun. Das nächste Mal ziehen wir dann für deinen Job um«, versprach er.

Das war beim besten Willen kein faires Angebot. Er wusste genau, dass ich nur zu gern bis an mein Lebensende irgendwo im Umkreis des Londoner Autobahnringes hocken geblieben wäre, um das Projekt »Jessica Fletcher« zu realisieren. Dänemark war in meinen Plänen nun wirklich nicht vorgekommen. Doch ihm war das wirklich wichtig. Im Lauf der folgenden Woche wurde es zu unserem einzigen Gesprächsthema außerhalb der Arbeit, und je länger wir darüber redeten, desto klarer

wurde mir, wie viel ihm die Sache bedeutete. Wenn ich ihm das jetzt, nach einem Jahr Ehe, verweigerte, wie würde sich das auf unsere Zukunft auswirken? Würde es zu den Dingen gehören, die wir später einmal bereuten? Oder noch schlimmer, die er mir ewig nachtragen würde? Ich liebte ihn. Also willigte ich ein, zumindest darüber nachzudenken.

Zu Recherchezwecken fuhren wir ein Wochenende nach Dänemark und besuchten Legoland. Wir machten uns darüber lustig, wie langsam alle fuhren und wie viel ein ganz normales Sandwich kostete. Es gab auch ein paar Pluspunkte: Alles war sauber, das dänische Gebäck übertraf unsere kühnsten Erwartungen, und die Landschaft war eindrucksvoll, wenn sie auch nicht ganz an die Schönheit norwegischer Fjorde heranreichte.

Während dieses Wochenendes eröffneten sich uns allmählich ganz neue Möglichkeiten. Wir begannen zu ahnen, dass es einen anderen Lebensstil gab, wir stellten fest, dass die Menschen hier anders waren als bei uns daheim. Mal abgesehen davon, dass es sich ausnahmslos um stramme Wikinger handelte, die sowohl mich mit meinen 1,60 Metern als auch meinen Mann mit seinen 1,80 (wenn er sich streckte) überragten – die Dänen, denen wir begegneten, *sahen auch anders aus* als wir: Sie sahen entspannt aus. Sie gingen langsamer. Sie nahmen sich Zeit, um auf ihre Umgebung zu achten oder einfach mal durchzuatmen.

Dann kehrten wir zurück nach Hause in unser Hamsterrad. Und so sehr ich mich auch bemühte, ich bekam die Idee nicht mehr aus meinem Kopf – sie war wie ein fesselnder Krimi, der sich langsam in allen Details entfaltet. Die Vorstellung, dass wir an unserer Art zu leben etwas ändern konnten, verdrängte meine bisherige stoische Resignation und versetzte mich in Unruhe. Bis zum Projekt »Jessica Fletcher« schien es plötzlich noch sehr lange hin, und ich war mir nicht mehr sicher, ob ich das momentane Tempo noch dreißig Jahre durchhal-

ten würde. In Erwartung des (zugegebenermaßen großartigen) Ruhestands das halbe Leben von vornherein abzuschreiben, war eine ziemlich antiquierte Sichtweise, das dämmerte mir langsam. Ich war doch keine Leibeigene, die schuftete musste, bis sie tot umfiel. Ich arbeitete im London des 21. Jahrhunderts. Ich hätte eigentlich ein gutes Leben haben müssen. Ein angenehmes, ja sogar leichtes. Die Tatsache, dass ich mit 33 von der Rente träumte, war eindeutig ein Zeichen, dass sich etwas ändern musste.

Ich konnte mich gar nicht mehr daran erinnern, wann ich zum letzten Mal entspannt gewesen war. Also wirklich entspannt, ohne rezeptfreie Schlaftabletten oder Alkohol. Wenn wir nach Dänemark zögen, phantasierte ich, würden wir ein Leben mit weniger Stress vielleicht wirklich hinkriegen. Wir könnten am Meer wohnen. *Wir könnten mit unserem Hund jeden Tag am Strand spazieren gehen. Wir müssten nicht mehr U-Bahn fahren. Da, wo wir hinziehen würden, gab es gar keine U-Bahn.*

Nach diesem Ausflug in eine »andere Welt« standen wir vor einer Entscheidung. Wir konnten so weitermachen wie bisher oder etwas unternehmen, bevor unser Elend uns ins Gesicht geschrieben stand. Wenn wir jemals ein erfüllteres Leben führen wollten, dann mussten wir etwas ändern. Jetzt.

Als großer Skandinavienfan war mein Mann bereits Feuer und Flamme für das Dänemarkprojekt. Ich bin ein viel vorsichtigerer Typ und brauchte noch Zeit zum Nachdenken. Als Journalistin musste ich erst einmal recherchieren.

Außer dass Kommissarin Lund Strickpullis im Färöer-Muster und Birgitte Nyborg aus »Borgen« einen Haarknoten trug und dass der Autor der Serie, Adam Price, ein erstaunliches Talent hatte, die Niederungen der Tagespolitik für die Prime-Time interessant zu machen, wusste ich bisher wenig über Dä-

nemark. Die nordischen Krimis, die ich mir angesehen hatte, hatten mich zweierlei gelehrt: dass es dort immer regnet und ziemlich häufig Menschen umgebracht werden. Doch es handelte sich anscheinend auch um ein beliebtes Urlaubsziel: Die offiziellen Zahlen des staatlichen Tourismusportals Visit Denmark wiesen ein Wachstum um 26 Prozent aus. Ich fand auch heraus, dass dieses winzige skandinavische Land wirtschaftlich in einer viel höheren Liga spielte, mit seinen Exportschlagnern Carlsberg (das mutmaßlich beste Lagerbier der Welt), Arla (der weltweit siebtgrößte Produzent von Milchprodukten, darunter auch die Premiumbutter Lurpak), Danish Crown (die den größten Teil des britischen Schinkens liefern) und natürlich Lego – der größte Spielzeughersteller der Welt. Nicht schlecht für ein Land mit 5,5 Millionen Einwohnern (also etwa so viele, wie in Südlondon leben).

5,5 Millionen! Darüber musste ich schallend lachen. Ich war allein in der Wohnung, nur unser Hund leistete mir Gesellschaft, aber er tat sein Bestes, zur Konversation beizutragen, indem er ungläubig prustete. Vielleicht war es auch ein Niesen. »Dürfen 5,5 Millionen Menschen überhaupt einen Staat bilden?«, fragte ich ihn. »Ist das nicht eher eine große Stadt? Brauchen die denn überhaupt eine eigene Sprache?« Der Hund machte sich davon, als sei es unter seiner Würde, diese Fragen zu beantworten, aber ich ließ mich nicht beirren.

Ich fand heraus, dass Irlands zentrales Statistikamt Dänemark als das Land mit den höchsten Lebenshaltungskosten in der EU eingestuft hatte und dass seine Einwohner erdrückend hohe Steuern zahlten. Was bedeutete, dass wir das auch müssten. *Na großartig! Wir würden am Ende des Monats noch klammer sein als bisher ...* Aber, so erfuhr ich auch, für sein Steuergeld bekam man dort eine umfassende soziale Absicherung, ein kostenloses Gesundheits- und Bildungssystem (inklusive Uni-

versität), staatlich subventionierte Kinderbetreuung und eine Arbeitslosenversicherung, die zwei Jahre lang achtzig Prozent des bisherigen Gehalts zahlte. In Dänemark war außerdem die Kluft zwischen Arm und Reich so gering wie nirgendwo sonst, und auch wenn noch kein Land der Welt wirkliche Geschlechtergerechtigkeit erreicht hat, kam Dänemark diesem Ideal am nächsten, dank einer weiblichen Ministerpräsidentin und einer ganzen Reihe starker Frauen in Führungspositionen. Im Gegensatz zu den USA und Großbritannien, wo man sowieso schon überarbeiteten und unterbezahlten Frauen sagte, sie sollten sich doch einfach mehr reinhängen, um Erfolg zu haben, sah es so aus, als könne frau in Dänemark genauso gut auch mal rumhängen, das wäre genauso in Ordnung. Nein, in Dänemark schien man Frauen nicht auch noch die Peitschen zur Selbstgeißelung zu reichen, wenn sie sich nicht bemühten, wirklich »alles« zu bekommen. Das fand ich zur Abwechslung wirklich erfrischend.

Während wir in den USA und in Großbritannien für mehr Lohn gekämpft hatten, hatten die Skandinavier für mehr Zeit gekämpft – mehr Elternurlaub, mehr Freizeit, eine vernünftige Work-Life-Balance. Dänemark zählt regelmäßig zu den Ländern mit den kürzesten Wochenarbeitszeiten für Angestellte, und neuere Zahlen (von »Danmarks Statistik«, der staatlichen Statistikbehörde) belegen, dass die Dänen durchschnittlich nur 34 Stunden pro Woche arbeiten. Zum Vergleich: Briten arbeiten durchschnittlich 42,7 Wochenstunden (laut Office for National Statistics, der staatlichen britischen Behörde). Statt rund um die Uhr zu schufteten und das Mehreinkommen zu investieren, um andere Lebensbereiche outzusourcen – vom Kochen über das Putzen und die Gartenarbeit bis hin zum Waxing –, neigen die Dänen offenbar eher zum Do-it-yourself-Prinzip.

Dänemark hielt außerdem ein paar Weltrekorde: mit dem

besten Restaurant der Welt (das *Noma* in Kopenhagen), als Nation mit dem meisten Vertrauen und der niedrigsten Bereitschaft, Hierarchien zu akzeptieren. Ein Knüller jedoch fesselte mich am meisten: Unsere mögliche neue Heimat war offiziell das glücklichste Land der Welt! Der World Happiness Report der Vereinten Nationen begründete dies mit dem hohen Bruttoinlandsprodukt pro Kopf, einer hohen Lebenserwartung, wenig Korruption, einem stark ausgeprägten Zusammengehörigkeitsgefühl, viel Freiheit bei Entscheidungen über das eigene Leben und einer Kultur der Großzügigkeit. In der Rangliste folgten dicht darauf Schweden und Norwegen, aber Dänemark stach heraus: Es stand nämlich auch laut britischer Statistikbehörde und laut Glücksindex der EU-Kommission an der Spitze der glücklichsten Nationen – diese Position hat das Land inzwischen vierzig Jahre in Folge inne. Nun wurde die Sache langsam, aber sicher interessant.

»Glück« ist für Lifestyle-Journalisten so etwas wie der Heilige Gral. Jeder Artikel, den ich je geschrieben habe, hatte in irgendeiner Weise mit der Erreichung dieses schwer fassbaren Ziels zu tun. Und seit ich meine Armeetasche Anfang der Neunziger mit dem Text des REM-Songs »Shiny Happy People« verunstaltet habe, will ich unbedingt selbst dazugehören (dass es sich bei dem Lied um einen ironischen Kommentar zur kommunistischen Propaganda handelt, ist mir damals zugegebenermaßen entgangen, aber ich war schließlich erst zwölf).

Glückliche Menschen, das war erwiesen, verdienten mehr Geld, waren gesünder, hatten haltbarere Beziehungen und *rochen* sogar besser. Jeder wollte glücklich sein, oder etwa nicht? Auf jeden Fall verwandten wir viel Zeit und Geld darauf, dieses Ziel zu erreichen. Zum Zeitpunkt meiner Recherche war die Selbsthilfe-Industrie in den USA 11 Milliarden Dollar schwer

und hatte britischen Verlagen in den letzten fünf Jahren 60 Millionen Pfund eingebracht. Der Konsum von Antidepressiva war in den letzten fünfzehn Jahren um 400 Prozent gestiegen – sie standen bei den meistverschriebenen Medikamenten weltweit an dritter Stelle (nach Cholesterinsenkern und Schmerzmitteln). Selbst die wenigen Glücklichen, die noch nie Stimmungsaufheller geschluckt oder ein Buch in die Hand genommen haben, das bessere Laune verspricht, haben vermutlich schon mal Essen, Alkohol, Koffein oder eine Kreditkarte eingesetzt, um sich ein bisschen aufzuheitern.

Doch was, wenn man Glück gar nicht kaufen kann? Ich konnte förmlich spüren, wie die Götter des Lifestyle-Journalismus kurz davor waren, mich zu verfluchen, als mir dieser schockierende Gedanke kam. Was, wenn Glück eher ein Prozess ist, an dem man arbeiten muss? Etwas, wofür man Körper und Seele trainieren muss? Und die Dänen hatten kapiert, wie das geht?

Einer der Vorteile des Journalismus besteht darin, dass man von Berufs wegen neugierig sein darf. Ich kann alle möglichen interessanten Leute unter dem Vorwand der »Recherche« anrufen und sie mit Fragen löchern. Als ich auf den dänischen »Glücksökonom« Christian Bjørnskov stieß, kontaktierte ich ihn also einfach.

Er bestätigte meinen Verdacht, dass unsere nordischen Nachbarn Trost nicht im Geldausgeben suchen (worin 90 Prozent meiner üblichen Problembewältigungsstrategien bestanden).

»Dänen glauben nicht daran, dass es sie glücklicher macht, immer mehr Zeug zu kaufen«, erklärte mir Christian Bjørnskov. »Ein größeres Auto bedeutet in Dänemark vor allem eine höhere Kfz-Steuer. Und für ein größeres Haus braucht man länger zum Putzen.« Gemäß der tiefgründigen Weisheit des späten großen Notorious B.I.G zieht mehr Reichtum nur

mehr Sorgen nach sich, oder wie es laut meiner neuesten Lieblings-App, Google Translate, etwas weniger eingängig auf Dänisch heißt: »Mere penge, mere problemer.«

Aber worauf waren die Dänen denn dann scharf? Und warum waren sie alle so glücklich? Skeptisch hakte ich bei Christian Bjørnskov nach: Waren sie vielleicht nur deswegen so zufrieden, weil sie weniger vom Leben erwarteten?

»Auf keinen Fall«, verneinte er prompt. »Dass die Dänen so glücklich sind, weil sie niedrige Erwartungen hegen, ist ein weitverbreiteter Glaube. Aber als man die Dänen für die letzte europäische Studie dazu befragte, stellte sich heraus, dass ihre Erwartungen sowohl sehr hoch als auch sehr realistisch waren.« Also waren die Dänen nicht deshalb glücklich, weil ihre realistischen Erwartungen sich erfüllten, sondern weil ihre *hohen* Erwartungen auch realistisch waren? »Ganz genau.«

»In Dänemark herrscht ein Gefühl großer persönlicher Freiheit«, sagte mir Bjørnskov. Das Land ist für seine Progressivität bekannt, so legalisierte es als erstes Land überhaupt die Ehe für Homosexuelle und als erstes europäisches Land Geschlechtsumwandlungen ohne verpflichtende Sterilisation.

»Das ist keine allgemein skandinavische Angelegenheit«, fuhr Bjørnskov fort. »In Schweden zum Beispiel sind bestimmte Dinge immer noch ein Tabu, zum Beispiel offen homosexuell zu leben oder sich als Frau gegen Kinder zu entscheiden. In Dänemark ist es völlig in Ordnung, Mitte dreißig zu sein und keine Kinder zu wollen. Niemand wird einen deshalb schief anschauen. Hier ist der Zwang zu sozialer Konformität viel weniger ausgeprägt als anderswo.«

Das bedeute jedoch nicht, dass der Durchschnittsdäne nicht in anderer Hinsicht sehr konformistisch sei, warnte mich Christian Bjørnskov. »Wir sehen in der Regel alle ziemlich gleich aus. Entsprechend Alter und Geschlecht tragen wir mehr oder

weniger Einheitskleidung.« Frauen unter vierzig trugen Skinny Jeans, ein weites T-Shirt, eine Lederjacke, einen kunstvoll um den Hals geschlungenen Schal und einen Haarknoten oder aalglatte blonde Haare. Bei Männern unter dreißig waren es Skinny Jeans, knöchelhohe Sneaker, T-Shirts einer Band oder mit Slogan, Bomberjacken aus den Neunzigern und so eine Art Bürstenschnitt. Ältere Männer und Frauen bevorzugten Polo-shirts, bequeme Schuhe, Hosen und Jacketts. Und alle einte der Hang zu Brillen mit schwarzem Gestell von skandinavischen Herstellern. »Aber wenn man die Dänen fragt, was sie denken und für akzeptabel halten, bekommt man sehr vielfältige Antworten«, sagte Bjørnskov. »Die Leute hier finden sehr wenig wirklich seltsam.«

Er erklärte mir, dass soziale Unterschiede keine große Rolle spielten, und nannte als Beispiel seinen eigenen Tennisclub. Vor meinem geistigen Auge tauchten sofort diese Upperclass-Typen auf, die wie in einem Woody-Allen-Film auf einem Anwesen in den Hamptons Eistee trinken, aber Christian Bjørnskov stellte das richtig. »In Dänemark geht es in Sportvereinen nicht darum, die anderen auszustechen – wir wollen da wirklich nur Sport treiben. Hier sind viele Leute in einem Verein, und ich zum Beispiel spiele regelmäßig Tennis mit einem Lehrer, einem Supermarktverkäufer, einem Tischler und einem Buchhalter. Wir sind alle gleich. Hierarchien sind nicht sonderlich wichtig.«

Tatsächlich wichtig sei den Dänen vor allem Vertrauen. »In Dänemark vertrauen wir nicht nur Freunden und Familie, sondern auch dem Mann oder der Frau auf der Straße – und das spielt für unser Leben und unser Glückslevel eine wirklich bedeutende Rolle. Dass die Dänen in ihre Mitmenschen großes Vertrauen haben, wurde in Umfragen immer wieder belegt. Auf die Frage ›Glauben Sie, dass die meisten Menschen ver-

trauenswürdig sind?« antworten mehr als 70 Prozent der Dänen mit Ja. Im restlichen Europa sind es durchschnittlich nur etwas über dreißig Prozent.«

Das schien mir wirklich außergewöhnlich – ich selbst vertraute noch nicht einmal 70 Prozent meiner Verwandtschaft. Völlig perplex war ich, als der Glücksforscher mir erzählte, dass sich dänische Eltern so sicher fühlten, dass sie ihre Kinder unbeaufsichtigt im Kinderwagen vor Häusern, Cafés und Restaurants zurückließen. Anscheinend schloss man auch Räder nie an und ließ Fenster offen stehen, so groß war das Vertrauen in die Mitmenschen, in die Regierung, in das *System*.

Dänemark hat nur ein minimales Verteidigungsbudget, und trotz Wehrpflicht wäre das Land praktisch nicht imstande, sich gegen einen Angriff selbst zu verteidigen. Doch weil es zu seinen Nachbarn ein so gutes Verhältnis hat, gibt es keinen Grund, sich zu fürchten. Christian Bjørnskov fasste das so zusammen: »Das Leben ist viel einfacher, wenn man den Leuten vertrauen kann.«

»Trägt dazu Dänemarks Sozialsystem bei?«, fragte ich ihn.

»Bis zu einem gewissen Grad ganz bestimmt. Es gibt weniger Grund für Misstrauen, wenn alle gleich sind und der Staat sich um jeden kümmert.«

Und was würde passieren, wenn eine rechte Partei an die Macht käme oder der Regierung das Geld ausginge? Was würde aus der berühmten dänischen Glückseligkeit, wenn der Staat nicht mehr für alle sorgt?

[...]