

1 Chris MacDonald: Den danske hemmelighed



2

3 Klumme 20: Hvad Danmark har lært mig om lykke.

4 Af Chris MacDonald Lørdag 30. oktober 2010

5

6 Sidste år, da Oprah var i Danmark for at se, hvorfor danskerne var
7 verdens lykkeligste folk, blev jeg ringet op af en masse fra USA, der ville
8 høre om det virkelig kunne passe. Var danskerne så lykkelige? Og hvad
9 var hemmeligheden bag det? Jeg tænkte længe over det, tænkte tilbage
10 på mine år her, og jeg kom frem til, at jeg i hvert fald var blevet mere
11 lykkelig, siden jeg var kommet hertil. Men hvorfor? Der var mange ting,
12 men her er nogle af de vigtigste

13 Hyggen

14 Da jeg kom til Danmark, kunne ingen helt oversætte »hygge« for mig.
15 Ordet findes ikke på engelsk, og jeg tænkte længe over, hvad det mon
16 var. Så kom min første jul her, og jeg blev skrækslagen. Der var stearinlys

1 overalt, og der var ikke noget med elektriske lys på juletræet, nej, der
2 skulle ægte lys på. Jeg var rædselslagen. Men det var faktisk rigtig
3 »hyggeligt«, og året efter lærte jeg min familie at holde lillejuleaften, og
4 juleaften havde vi levende lys på træet (og min far stod ved siden af det
5 med en brandslukker, fra start til slut).

6 Jeg var virkelig faldet for hyggen. Men jeg kunne mærke, at der manglede
7 et eller andet. Jeg forstod det ikke. Først senere gik det op for mig: Der
8 skulle snakkes om hyggen også! Og det gør I godt! I er ikke i tvivl om, at I
9 hygger jer. I kan mærke det helt ind i knoglerne. Men det afholder jer ikke
10 fra at tale om det. I sidder om maden, og pludselig udbryder I: »Er det
11 ikke bare hyggeligt?« I siger det mange gange på en aften. I siger det
12 endda fra start, i bydeform: »Nu skal vi rigtig hygge os.« Første gang jeg
13 hørte det, tænkte jeg: »Hov. Skal vi ikke lige vente og se, om det bliver
14 hyggeligt først?« Men nej, ikke noget pjat her, nu hygger vi os rigtigt, vi er
15 allerede startet. Og da aftenen så var færdig, og I stod og tog jakker på,
16 og det bestemt ikke var hyggeligt mere, lyste I op i store smil og sagde:
17 »Var det ikke bare hyggeligt?« Dagen efter ringede jeg og fortalte min far
18 om det her vanvittige folkefærd, men han sagde bare: »Wow! Det lyder
19 godt. Det burde vi også gøre!« Min far havde altid ment, at de ord, vi
20 bruger, har stor kraft. Og medmindre vi sætter ord på tingene, kan vi ikke
21 dele vores tanker med hinanden. Det har I danskere forstået. I sætter ord
22 på hyggen; på den måde spreder I den mellem jer, og samtidig får det jer
23 til at stoppe op og nyde situationen. Det er så vigtigt. For vi er så gode til
24 at sætte ord på problemerne, men nogle gange skal vi også huske at
25 sætte ord på tingene, når de går godt.

1 **Det skal nok gå**

2 Da jeg kom hertil og hørte det udtryk, blev jeg så glad. Det rummer en
3 fantastisk mentalitet. Det rummer tro og ro.

4 Da jeg kom hertil, var jeg målløs over det danske socialsystem.

5 Lægehjælp, sygesikring til alle. Jeg troede næsten ikke mine egne ører.

6 Det system er helt uhørt i USA. I bjergbestigning er der et udtryk,

7 »exposure«, som dækker over, hvor langt der er ned til sidste

8 sikringskile. Altså: Hvor langt man falder, før man bliver grebet. Og i USA

9 kan der være meget langt mellem de sociale sikringskiler. Mange har ikke

10 sygesikring, og bliver de syge, skal de selv betale hospitalsregningen og

11 risikerer at gå fra hus og hjem i processen. I Danmark er der mange

12 sikringskiler. Og jeg tror, at det system giver en tryghed, som er meget

13 unik.

14 **Ferieerne**

15 I USA har man typisk én uges ferie om året, og den dag, jeg hørte, at der

16 var fem-seks ugers ferie her, var den dag, jeg besluttede at lære dansk.

17 Kort efter oplevede jeg helligdagene (pinse, påske, påskedag, 2.

18 påskedag, lillejuleaften, store bededag osv.), og jeg besluttede at blive.

19 Det var utroligt! Så lukkede alle jeres butikker godt nok mellem 17 og 20

20 hver dag, og alt var helt lukket om søndagen. Men det gik op for mig, at

21 det gav en meget bedre 'work-life balance' end i USA, og jeg tror, den

22 balance betyder meget for den danske lykke. Desværre er 24/7 og

23 søndagsåbent nu ved at vinde frem her, og som amerikaner kan jeg kun

24 advare: Hold jer fra det!

1 **Pyt!**

2 Det ord kan bare ikke oversættes til engelsk. Vi har »does not matter«,
3 »forget about it«, »never mind«, men ingen af dem når »pyt« til
4 sokkeholderne. »Pyt« er et af mine yndlingsord, det er den mest positive
5 lyd, jeg nogensinde har hørt. Og det har en enorm kraft, når det handler
6 om at give slip på ting, som vi ikke kan forandre. Der er så meget lettelse i
7 det ord. »Pyt« er faktisk en kulturarv, og den skal bevares. På norsk har
8 ordet også været brugt, men i dag er det ved at forsvinde ud af sproget,
9 så jeg kan kun anbefale, at vi fortsætter med at træne vores pyt-muskel
10 flittigt. »Pyt« er ren lettelse, og jeg har lovet mig selv at sige det, hver
11 gang, jeg sidder i kø i trafikken. Det fås ikke bedre. Det var de fire ting,
12 jeg kunne nå her, men jeg blev slet ikke færdig. Jeg føler mig så heldig at
13 få lov til at være gæst her i Danmark, på 10. år nu, og at være en del af de
14 her ting, som jeg tror, rummer lidt af danskernes lykke-
15 hemmelighed. Der er så meget negativt i medierne i dag, kritik,
16 katastrofer, angst – og måske var pointen med klummen her bare at give
17 lidt modvægt til alt det. For der er så meget, vi kan være stolte af. Og
18 lykkelige over. Og nogle gange skal vi også bare minde os selv om de ting,
19 der går godt. Det har I lært mig med ordet »hygge«. Og med jeres tilgang
20 til lykke.

21

22

23

24

25

26

1 **Forklar ordene sammen og lav et eksempel med dem, I gerne vil huske:**

2 skrækslagen / rædselsslagen

3 helt ind til knoglerne

4 at afholde sig fra

5 at udbryde

6 vanvittig

7 at sætte ord på

8 at rumme

9 målløs over

10 det er uhørt

11 at vinde frem

12 at advare

13 at give slip på noget

14 lettelse

15

16 **Snak sammen**

17 1. Hvad er lykke? Hvad gør en lykkelig?

18

19 2. Hvorfor tror I, danskerne bliver regnet for at være de
20 lykkeligste i verden?

21

22 3. Hvad er hygge? Har I oplevet folk snakke om det, som Chris
23 siger?

24

25 4. Hvad er tryghed? Hvad gør en tryg?

26

27 5. Hvor meget ferie har man i jeres lande? Er der i det hele taget
28 fælles regler for det?

29

30 6. Hvad mener I, om hans kommentar til lukkeloven?

31

32

33 **Skriv en personlig kommentar til et eller flere synspunkter i**
34 **teksten.**