

Юссе

УЮТНЫЕ КНИГИ О СЧАСТЬЕ

MARIE TOURELL SØDERBERG

hygge

THE DANISH ART
OF HAPPINESS



PENGUIN RANDOM HOUSE

МАРИ ТУРЕЛЛ СОДЕРБЕРГ

Любле

ДАТСКОЕ ИСКУССТВО
СЧАСТЬЯ



Москва
2017

УДК 304.3(489)
ББК 60.56
С57

Marie Tourell Søderberg
HYGGE. The Danish Art of Happiness

Original English language edition first published by Penguin Books Ltd, London Copyright
© Marie Tourell Søderberg 2016 The author has asserted her moral rights. All rights reserved

Содерберг, Мари Турелл.

С57 Хюгге. Датское искусство счастья / Мари Турелл Содерберг ;
[пер. с англ. Ю. Змеевой]. — Москва : Издательство «Э», 2017. —
208 с. : ил. — (Хюгге. Уютные книги о счастье).

ISBN 978-5-699-99674-2

Хюгге — это умение видеть волшебство в обыкновенном. Для датчан это главная жизненная философия. Чтобы написать эту книгу, Мари Содерберг отправилась в путешествие по всей Дании, чтобы узнать у простых датчан, что для них значит хюгге и как они создают уют хюгге в своей жизни.

УДК 304.3(489)
ББК 60.56

ISBN 978-5-699-99674-2

© Змеева Ю., перевод на русский язык, 2017
© Оформление. ООО «Издательство «Э», 2017

Из этой книги вы узнаете

Что такое хюгге?

Почему Дания — страна хюгге?

Как растить ребенка в атмосфере хюгге

Как приготовить хюгге-еду: рецепты

Как создать дом в стиле хюгге

СОДЕРЖАНИЕ

<i>Как говорить на хюгле</i>	13
<i>Как возникло хюгле?</i>	21
<i>Хорошая компания</i>	31
<i>Хюгле за обеденным столом</i>	61
<i>Как наполнить дом хюгле</i>	95
<i>Хюгле круглый год</i>	145
<i>Потенциал хюгле</i>	181
<i>Послесловие</i>	191
<i>Благодарности</i>	205



Привет!

Добро пожаловать в мир *hygge*. Даже если вы никогда не слышали это слово, вы наверняка знаете, что такое *hygge*. Если коротко — это датское слово означает «находить счастье в мелочах».

Говорят, что хюгге тесно связано с национальным характером датчан. Но суть хюгге универсальна — это не чисто датское понятие. Хюгге доступно всем и каждому, кем бы вы ни были и где бы ни жили.

Меня зовут Мари Турелл Сёдерберг. Я актриса, живу в Копенгагене. Как и многие в наши дни, я иногда ухожу в работу с головой. Репетиции в театре, кастинги для сериалов, озвучка нового диснеевского мультлика в студии звукозаписи... Я часто забываю о времени для себя, когда можно никуда не спешить и просто побыть в настоящем.

В такие моменты мне необходимо хюгге. Хюгге с друзьями и родными, хюгге наедине с собой, дом, наполненный атмосферой хюгге.

У хюгге много форм и видов — спросите разных людей, и они охарактеризуют хюгге по-разному. Эта книга познакомит вас с датчанами, объясняющими, как они живут по хюгге и что значит хюгге для них. Вы также найдете здесь вдохновение и основу для практики хюгге в повседневной жизни.

Для датчан хюгге — главное жизненное устремление. Хюгге — это компас, направляющий нас к тем важным моментам, которые не купишь за деньги. Хюгге — это умение видеть волшебство в обыкновенном.

Мари

A handwritten signature in black ink, appearing to read 'Marie' in a cursive, flowing script.

ДЛЯ МЕНЯ ХЮГГЕ — ЭТО:

- пойти гулять в парк с сестрой, болтать, смеяться, дурачиться, снова почувствовать себя детьми;
- слушать дождь, барабнящий по крыше, сидя с любимым человеком на диване;
- пить вино в мамином саду;
- выпить кофе с лучшими друзьями, потом решить продолжить вечер и пойти поужинать, а потом заглянуть в бар — потому что никто не хочет, чтобы вечер заканчивался.







КАК ГОВОРИТЬ
НА ХЮГГЕ

Иностранцы часто говорят, что датский язык трудный. У нас сложная грамматика, а произношение еще сложнее. К счастью, чтобы *говорить на хюгге*, учить датский не обязательно.

«Со своим парнем я говорю по-испански, но когда мы планируем что-нибудь приятное, всегда говорим: давай займемся хюгге. Или: давай пойдем в какое-нибудь хюгге-место. Теперь я использую это слово даже в разговорах с не-датчанами. Хюгге-занятия можно называть словом «уютные», но оно не передает весь смысл хюгге. И дело не в том, что в других странах нет концепции хюгге — просто не существует слова, которое так хорошо бы отражало смысл. С хюгге начинаешь понимать, что в повседневной жизни гораздо больше тепла и уюта».

Хулия Рейг из Каталонии, живет в Копенгагене

