

“ Как я целый год
баповала себя «упитками»,
ужинала при свечах
и читала на подоконнике ”

[Купить книгу на сайте kniga.biz.ua >>>](http://kniga.biz.ua)

[Купить книгу на сайте kniga.biz.ua >>>](http://kniga.biz.ua)

— . . . —
ХЕЛЕН РАССЕЛЛ

Хюге

ИЛИ

УЮТНОЕ СЧАСТЬЕ ПО-ДАТСКИ

ОДРИ®

Москва 2019

— . . . —
Купить книгу на сайте kniga.biz.ua >>>

УДК 304.3(489)
ББК 60.56
P24

Helen Russell

THE YEAR OF LIVING DANISHLY:
UNCOVERING THE SECRETS OF THE WORLD'S
HAPPIEST COUNTRY

Copyright © 2015 Helen Russell

Расселл, Хелен.
P24 Хюгге, или Уютное счастье по-датски. Как я целый год баловала себя «улитками», ужинала при свечах и читала на подоконнике / Хелен Расселл ; [пер. с англ. Т.О. Новиковой]. — Москва : Эксмо, 2019. — 448 с.

ISBN 978-5-699-95302-8

Променять Лондон и работу в Marie Claire на датский городок с населением 6000 человек?!

Сначала она твердо сказала «НЕТ». Но потом... муж так мечтал поработать в LEGO. И еще было безумно интересно, как в стране с такой скверной погодой и запредельными налогами живут самые счастливые люди на планете?

Согласившись на авантюру с переездом в Данию, Хелен Расселл твердо решила применить свой талант и опыт журналиста и в течение года обязательно выяснить: как правильно заниматься хюгге (*что бы это слово ни означало*); как есть булочки не поправляясь (*и не расплачиваться за другие удовольствия тоже*); как стать по-датски счастливым (*даже если вы родились на другом конце света*).

УДК 304.3(489)
ББК 60.56

© Новикова Т.О., перевод
на русский язык, 2017
© Оформление. ООО «Издательство
«Эксмо», 2019

ISBN 978-5-699-95302-8

Купить книгу на сайте kniga.biz.ua >>>

*Посвящается Рыжику, Лего-Мену
и женщине в лыжном комбинезоне и берете.*

[Купить книгу на сайте kniga.biz.ua >>>](http://kniga.biz.ua)

Об авторе

Хелен Расселл — журналистка, бывший редактор журнала Marie Claire UK. Сейчас живет в сельской местности на полуострове Ютландия; работает корреспондентом газеты Guardian и ведет колонку о Дании для Telegraph. Хелен выступает с лекциями, в которых делится своим пониманием счастья, и рассказывает слушателям о переменах в своей жизни и новых начинаниях. Вы держите в руках ее первую книгу. В настоящее время Хелен работает над новым проектом. Загляните на ее страничку в Twitter: @MsHelenRussell.

Содержание

| | |
|---|-----|
| Об авторе | 6 |
| Пролог. Перемены: проект «Счастье» | 9 |
| 1. Январь. Хюгге и дом | 35 |
| 2. Февраль. Забыть про работу с 9 до 5 | 76 |
| 3. Март. Хобби и датский язык | 108 |
| 4. Апрель. Датские доги и другие животные | 139 |
| 5. Май. Традиции, религия и патриотизм | 158 |
| 6. Июнь. Просто девушка | 187 |
| 7. Июль. Отпуск, секс и развод | 220 |
| 8. Август. Дети – это хорошо! | 247 |
| 9. Сентябрь. Мясники, пекари и творцы культуры | 278 |
| 10. Октябрь. В болезни и здравии | 311 |
| 11. Ноябрь. «Выпал снег, под ногами слякоть, а вокруг мучительная темнота...» | 334 |
| 12. Декабрь. Доверяй налоговым инспекторам! | 361 |
| 13. Рождество. God Jul! | 383 |
| Эпилог. Сделано в Дании | 419 |
| Десять советов, как начать жить по-датски | 432 |
| Благодарность | 435 |

[Купить книгу на сайте kniga.biz.ua >>>](http://kniga.biz.ua)

Перемены: проект «Счастье»

Все началось почти банально. Несколько недель кряду моросил дождь, над Лондоном нависла серая хмарь — город выглядел мрачно и был каким-то потрепанным, как и я сама. «А ведь где-то есть другая жизнь» — эта мысль настигала меня каждое утро по дороге в офис. Она неотвязно преследовала меня спустя двенадцать часов, когда по узким улочкам я возвращалась домой, где меня ожидала пара часов неурочной работы либо подготовка к завтрашним мероприятиям в офисе.

Я работала редактором в глянцевом журнале и чувствовала себя обманщицей. Целыми днями я наставляла своих читательниц, как гармонично сочетать работу с личной жизнью, добиваться успеха, сохранять душевное спокойствие и здравость ума, заниматься спортом, следовать модным тенденциям в одежде, наконец, излучать сияние и радость. При этом сама я до сих пор выплачивала студенческий кредит, а в течение дня, чтобы поддерживать тонус, поглощала лошадиные дозы кофеина и не могла заснуть без бокала «Совиньон блан»¹.

Воскресными вечерами предстоящая рабочая неделя вызывала у меня привычное чувство тоски. День ото

¹ «Совиньон блан» — популярный сорт белого вина (*здесь и далее примеч. ред.*).

дня нарастало искушение выключить будильник и понежиться утром в постели. Больше десяти лет я трудилась в индустрии моды и красоты. Но вот парадокс: получив работу, которой долго добивалась, осознала, что счастья она мне не прибавила, лишь работать пришлось гораздо больше.

Мои устремления превратились в ускользящую цель: стоило мне приблизиться к результату, как возникали новые задачи, которые накрывали меня с головой. Перечень жизненных приоритетов — того,

*Я работала
в глянцево-м журнале и чувствовала
себя обманщицей.*

в чем я нуждалась и что необходимо сделать, все время расширялся, а мои силы уже не соответствовали возрастающим амбициям. Синдром хронической усталости стал моим постоянным спутником, и собственная жизнь казалась хаотичной и разбитой. Я вечно бралась за множество дел и с завидным упорством не справлялась с многозадачностью.

Мне тридцать три года — возраст Христа. У меня есть работа, квартира, муж. И отличные друзья. А еще собака сомнительной породы, которая, как мы надеялись, придаст нашему суетному городскому быту немного загородной расслабленности. В общем, нормальная жизнь. Я бы даже назвала ее хорошей, если не считать головной боли, sporadической бессонницы, хронического тонзиллита, не поддающегося лечению после месяца приема антибиотиков, и простуд, случавшихся с периодичностью раз в две недели. Но ведь это знакомо многим, не так ли?

Раньше сумасшедший ритм города вызывал во мне прилив адреналина. Когда работаешь в яркой позитивной команде, скучать не приходится. Рабочий день распisan буквально по минутам. Я жила в одном из самых потрясающих мест на планете, и рядом находились любимые друзья. Но после двенадцати лет бурной столичной жизни и не менее интенсивной жизни в квартале на севере Лондона я вдруг почувствовала упадок сил.

Было еще одно обстоятельство. Два года я ходила по врачам; они осматривали и ощупывали меня, ежедневно делали гормональные инъекции, и с каждым месяцем мое состояние духа падало. Мы с мужем пытались завести ребенка, но у нас ничего не получалось. Когда в офисе начинали собирать деньги на подарок очередной сотруднице, отправлявшейся в декретный отпуск, у меня наворачивались слезы. Невозможно скрыть свои эмоции, глядя на очередной детский комбинезончик, если все твоё существование пронизывает мысль о ребенке и трижды в неделю ходишь на процедуры, чтобы приблизиться к заветной мечте.

Надо мной начали подшучивать, дескать, нужно поспешить, ведь я уже не первой молодости, говорили, что «мой поезд может уйти». В ответ я широко, до боли в челюсти, ослепительно улыбалась, но с трудом сдерживалась, чтобы не нагубить. Из-за процедур мне пришлось изменить график работы, и, чтобы управиться с делами, приходилось жертвовать свободным временем. Работа позволяла мне оставаться финансово независимой и поддерживать тот образ жизни, о котором, как мне казалось, всегда мечтала.

Почти каждый вечер муж возвращался домой в ярости на весь мир. Он проклинал плохих водителей

и пробки на дорогах; ему приходилось по полтора часа добираться до работы и столько же времени тратить на обратный путь. Переступая порог, он тут же валился на диван и до самого сна впадал в телевизионную кому.

Муж мой — блондин, серьезный мужчина, в его облике есть что-то от учителя физики. В детстве он был очень обаятельным, однажды его даже пригласили на съемку рекламы молочного шоколада. Впрочем, сняться ему не удалось, роль досталась другому ребенку, но тот день муж запомнил навсегда: впервые в жизни ему довелось поиграть с приставкой Nintendo, которую прихватил с собой какой-то мальчик. Вдобавок ему разрешили съесть столько шоколада, сколько он захочет, а такие удачи в его жизни случались редко.

Родители мужа с недоверием относились ко всяким новым гаджетам и старались привить сыну вкус к классической музыке, живописи и прогулкам на свежем воздухе. Могу себе представить, каково было их разочарование, когда в восемь лет мой будущий муж заявил, что его любимая книга — каталог Argos¹. Над этим увесистым томом он мог просиживать часами, зачарованно изучая электронные девайсы и конструкторы «лего», о которых мечтал. Родителям уже тогда следовало бы понять, что их ожидает.

В моей жизни он появился в тот момент, когда я почти попрощалась с надеждой на личное счастье. Незадолго до этой встречи меня бросил жених, прямо на свадьбе (честное слово!). Потом состоялось незабываемое свидание: пригласивший меня на ужин кавалер так увлекся трансляцией футбола по телевизору,

¹ Argos — популярный британский интернет-магазин.

что в итоге вместо ресторана просто заказал пиццу на дом.

Признаюсь, когда познакомилась со своим будущим мужем и он сказал, что сам приготовит ужин, я на многое не рассчитывала. Однако ужин удался – был даже жульен в кокотнице! К тому же мой новый знакомый оказался умным, добрым и приятным в общении мужчиной. Когда я рассказала маме о нашей встрече, она была потрясена.

– Таковую партию нельзя упускать, – сказала мне мама. – У него есть кокотницы, и он знает, что с ними делать! Это большая редкость!

Мы поженились через три года. Он покорило мое сердце тем, что часто старался развеселить меня, ел мою стряпню и не жаловался, когда я прочесывала его дом в поисках сладостей. Но вместе с тем муж вызывал во мне ужасное раздражение. Практически каждый день он что-то терял – то ключи, то бумажник, то телефон, а иногда все сразу, при этом был органически неспособен приходить вовремя и обладал кошмарной привычкой, которая могла вывести из себя любого: по полчаса сидел в туалете! («Ты что, ремонт там затеял?!» – возмущалась я.)

*У него есть кокот-
ницы! Таковую партию
нельзя упускать.*

Тем не менее нам было хорошо вместе. Мы сумели наладить совместную жизнь, и, несмотря на постоянное посещение докторов, вечные переживания по этому поводу и финансовые проблемы в конце месяца (потому что в начале месяца кто-то слишком много тратил!), мы любили друг друга.

Я мечтала, что когда-нибудь мы переедем жить за город, будем работать, встречаться с друзьями, ездить в отпуск, а потом выйдем на пенсию. И представляла себя британской Джессикой Флетчер¹, героиней телесериала «Она написала убийство»: буду сочинять детективы и раскрывать загадочные преступления, а потом пить чай, наслаждаясь счастливой развязкой. В общем, в моих фантазиях пенсия рисовалась как очень приятное времяпрепровождение. Но когда я поделилась своими мечтами с мужем, они его не впечатлили.

— И это все? — сказал он. — Так все живут!

— Ты меня не *слушаешь!* — возмутилась я. — Ты что, не слышал про Джессику Флетчер?

И тут муж неожиданно объявил, что ему на самом деле хотелось бы когда-нибудь поселиться за границей.

— За границей? — я отказывалась верить собственным ушам. — Ты имеешь в виду «не в этой стране»?

— Именно!

— О!

Не могу о себе сказать, что не люблю приключений. В юности моя жизнь была весьма бурной. Однако теперь мне хотелось стабильности, и, когда передо мной маячила перспектива чего-то необычного, я всегда стремилась быстрее вернуться в зону комфорта. Меня даже напрягал выбор нового блюда из привычного меню. Но, как оказалось, мужу нужно было нечто большее, и это меня пугало. Я начала тревожиться, что не смогу соответствовать его ожиданиям. Так он заронил в душу зерно сомнения.

¹ Джессика Флетчер работала учительницей английского языка, а с выходом на пенсию занялась написанием детективных романов под именем Джей Би Флетчер.

Однажды, в дождливый вечер, муж сказал, что подумывает о переходе на новую работу. В другой стране.

— Что?! Когда ты подал документы? — всполошилась я.

— Сегодня утром, — ответил муж и показал мне полученное днем электронное письмо, в котором некто спрашивал, интересуется ли его переезд... в Данию. В страну пирожных, бекона, независимых героинь женских романов — и любимой детской игрушки моего мужа. Собственно говоря, именно изготовители маленьких пластиковых деталей и нуждались в услугах моего мужа.

— *LEGO?! — мой разум сопротивлялся в это повредить. — Ты хочешь, чтобы мы переехали в Данию и ты мог работать в их компании?! —*

Это что, розыгрыш? Или мы перенеслись в комедию с Томом Хэнксом, в которой у взрослых сбываются мечты детства? И что будет дальше? “*Sylvanian Families*”¹ провозгласит меня королевой леса, а “*My Little Pony*”² примчится с приглашением стать правительницей конного царства? Что, черт возьми, происходит?

Муж покачал головой и сказал, что сам ничего не знал до сегодняшнего дня. Неожиданное предложение поступило от агента по трудоустройству, к которому он когда-то обратился. И хотя это не то, к чему мой муж столь страстно стремился, но, раз уж так получилось, может, стоит его обсудить?

¹ *Sylvanian Families* — игровой набор в виде животных производства японской компании Epoch.

² *My Little Pony* — пластиковые лошадки с длинными гривами, которые можно расчесывать; популярные игрушки от американского производителя Hasbro.