

LBRIS

We know
books

HYGGE HOME

CUM SĂ-ȚI TRANSFORMI CASA
ÎNTR-UN CĂMIN FERICIT

MEIK WIKING

CEO LA INSTITUTUL DE CERCETARE A FERICIRII,
COPENHAGA

LITERA

București

Cuprins

CAPITOLUL 1	
DESIGNUL DANEZ ȘI SEDIUL CENTRAL HYGGE	7
CAPITOLUL 2	
HYGGE, O SEARĂ PERFECTĂ ACASĂ	35
CAPITOLUL 3	
ARUNCĂ O RAZĂ DE LUMINĂ ASUPRA FERICIRII	77
CAPITOLUL 4	
SPAȚIU PENTRU HYGGE	111
CAPITOLUL 5	
CUM SĂ PROIECTEZI PENTRU CONECTARE	145
CAPITOLUL 6	
MUNCEȘTE HYGGE, DISTREAZĂ-TE HYGGE	185
CAPITOLUL 7	
EFFECTUL CÉZANNE	211
CAPITOLUL 8	
HYGGE ESTE FĂCUT ÎN CASĂ	241
CONCLUZIE	
UN LOC TĂMĂDUITOR PENTRU SUFLET	262
CREDITE FOTO	270
MULȚUMIRI	271



LIBRIS

We know
books

CAPITOLUL

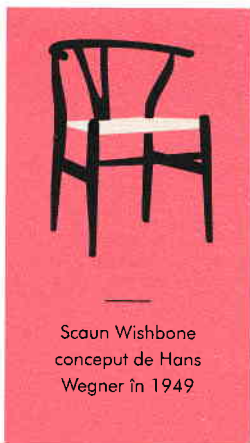
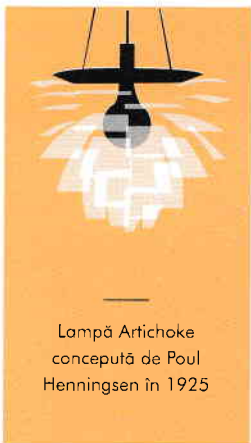
1

DESIGNUL
DANEZ
ȘI SEDIUL
CENTRAL
HYGGE

Ne pot face casele noastre mai fericiți? Putem proiecta o casă care să ne aducă bunăstare? Putem să creăm un cămin mai bun în care nu doar să locuim, ci și să prosperăm? Răspunsurile la aceste întrebări au fost tot timpul chiar sub nasul meu, pentru că a te maturiza în Danemarca înseamnă să crești învățând despre două lucruri: design și hygge.

S-ar putea să știi deja numele unor designeri danezi. Arne Jacobsen, Hans Wegner, Poul Kjørholm, Poul Henningsen și Børge Mogensen nu sunt doar niște nume daneze cunoscute, sunt embleme ale designului în întreaga lume – iar dacă ai vizionat vreodată seriale precum *Borgen*, *Forbrydelsen* și *Arvingerne*, ți-ai putut face o idee despre designul urban și despre designul interior danez.

De fapt, ai putea fi unul dintre cei care pun pe pauză serialul *Borgen* doar ca să se asigure că lămpile din biroul prim-ministrului sunt modelul Artichoke al lui Poul Henningsen. Astfel de seriale sunt numite uneori „showroomuri de mobilă”, deoarece atenția



spectatorului este atrasă de decorațiunile interioare și/sau de mobilierul din încăperi și mai puțin de acțiune în sine.

Danemarca este atât de des asociată cu designul, încât, atunci când familia Simpson – din desenele animate – călătorește acolo, însoțitoarea de zbor le recomandă pasagerilor să aplice un ultim strat de lac dacă au proiectat și au construit mobilă în timpul călătoriei.

Însă designul înseamnă mai mult decât niște scaune frumoase. Prin definiție, designul este un plan care ne arată cum funcționează un loc sau un obiect înainte de a fi creat. Înseamnă să ne imaginăm cum un loc sau un lucru poate fi diferit și ce impact poate avea această diferență asupra noastră.

Designul influențează modul în care ne deplasăm în oraș, mâncarea pe care o punem în farfurie, modul în care interacționăm cu cei dragi, dacă luăm cina cu vecinii noștri, cât de fericiți suntem la muncă și ce facem cu timpul care ne-a fost dat. Pe scurt, are un impact asupra țesăturii vieții și a ceea ce o face să merite trăită.

Designul ne poate inspira să devenim oameni mai buni, să schimbăm lumea în bine, iar dacă valorificăm puterea designului, avem instrumentele necesare pentru a ne îmbunătăți calitatea vieții.

Acesta a fost fundamentul designului danez. Este o tradiție a designului cu o abordare umanistă. Design pentru ființele umane. O ambiție de a crea produse funcționale cu o calitate superioară pentru cetățeanul de rând. Produse care pot fi cumpărate de muncitorul obișnuit. O combinație de simplitate, funcționalitate, sustenabilitate, calitate, accesibilitate și aspect. Iar în Danemarca designul a fost întotdeauna un domeniu larg. Arhitectura, de pildă, a reprezentat mereu o mare parte din acesta; arhitecții

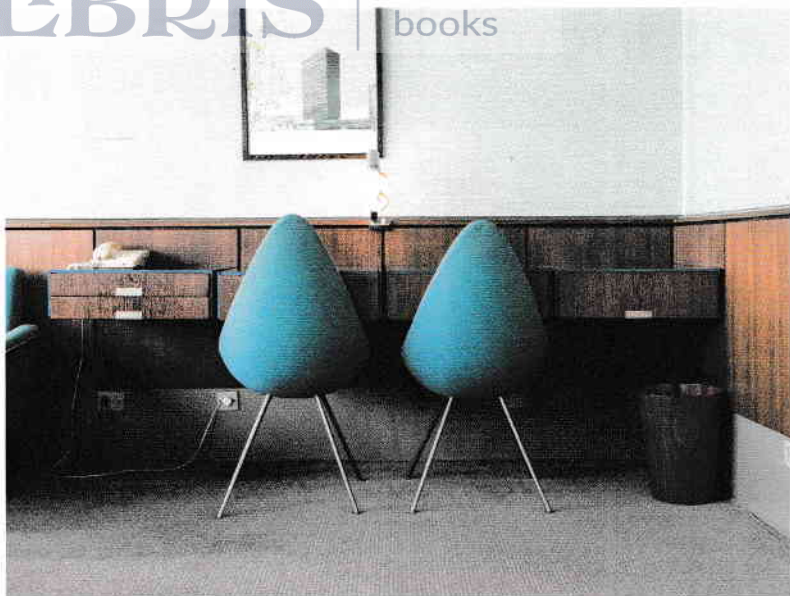
nu proiectează de obicei doar clădirea, ci și tot ce e în ea – mobilierul potrivit pentru imobil și tacâmurile adecvate pentru restaurant.

Un exemplu este hotelul SAS din centrul orașului Copenhaga, proiectat în totalitate de Arne Jacobsen în 1960.

Designul danez înseamnă să facem din spațiul în care locuim cel mai bun mediu cu putință pentru sănătatea și bunăstarea noastră. Sau, cum spune John Heskett, profesor la Institutul de Design al Illinois Institute of Technology și la Școala de Design de la Universitatea Politehnică din Hong Kong: „Designul, redus la esența lui, poate fi definit drept capacitatea umană de a modela și de a crea mediul în modalități fără precedent în natură, de a ne satisface nevoile și de a conferi sens vieții”. Probabil există un singur lucru mai important decât designul în Danemarca – și acesta este hygge.

LBRIS

We know
books

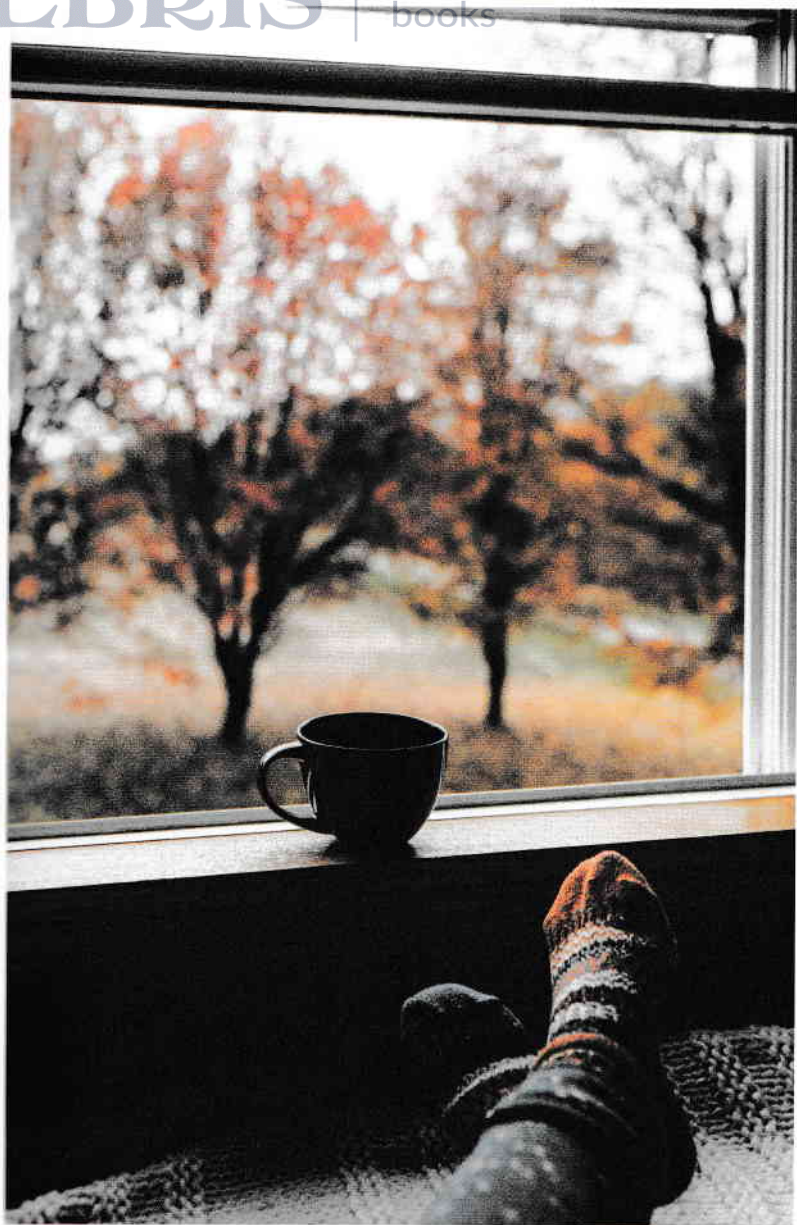


Hygge este arta creării unei atmosfere plăcute. Înseamnă să fim alături de cei pe care îi iubim. Sentimentul că suntem în siguranță, că suntem protejați de restul lumii și că ne putem permite să lăsăm garda jos. Poți discuta la nesfârșit despre lucrurile însemnate sau mărunte ale vieții – sau doar să te simți confortabil în compania tăcută a celuilalt – ori poți pur și simplu să stai singur, savurând o ceașcă de ceai. Este sentimentul de acasă. Cu alte cuvinte, hygge se rezumă la modul în care transformăm o casă într-un cămin – într-un loc în care găsim confort și conexiune. Proiectarea căminului tău hygge înseamnă să-ți imaginezi activitățile care se pot desfășura acolo și care vor avea o influență pozitivă asupra bunăstării tale – iar apoi să-ți modelezi spațiul de locuit pentru a face acest lucru posibil.

Este greu de subliniat cât de important este hygge pentru danezi și pentru cultura daneză. Obsesia pentru hygge pare atât de înrădăcinată în ADN-ul nostru cultural și în valorile naționale, încât să spui că nu-ți pasă de asta ar fi o gafă socială în Danemarca, la fel cum ar fi pentru un britanic să zică „Nu cred că ar trebui să rămânem calmi – ar trebui să ne pierdem cu firea” sau pentru un american să afirme „M-am tot gândit recent la treaba asta cu libertatea – și am ajuns la concluzia că nu-i pentru mine”. Dă-mi voie să încerc să-ți demonstrez cât de mult înseamnă hygge pentru noi.

LBRIS

We know
books



În 2016, ministrul danez al culturii a adresat cetățenilor următoarea întrebare: ce valori sociale, tradiții sau mișcări care ne-au modelat în Danemarca veți duce mai departe în societatea de mâine? A venit dintr-o încercare la nivel național de a descoperi ce valori i-au făcut pe danezi ceea ce sunt și care ar modela societatea în viitor – un criteriu al Danemarcei. Au primit peste 2 000 de sugestii, iar zece dintre cele mai importante au fost decise de minister. Acestea au inclus statul social, libertatea, încrederea, egalitatea și – da, ai ghicit – hygge.

În 2019, când Uniunea Astronomică Internațională și-a sărbătorit centenarul, a acordat fiecărei țări o planetă și le-a cerut să îi dea un nume. În Danemarca, dintre cele 830 de sugestii trimise, au fost alese cinci posibilități – hygge a fost una dintre ele. (Muspelheim a câștigat, numele arșitei care vine din sud și este păzită de Surt, gigantul de foc, în mitologia nordică. Desigur, un pic mai rece decât o ciocolată la lumina lumânării.)

În Danemarca, poți chiar să-ți scrii lucrarea de doctorat despre hygge. Primul care a făcut-o a fost Jeppe Linnet și, nu, asta nu înseamnă că a petrecut trei ani cercetând numărul perfect de gogoși cu scortîșoară care pot fi mâncate într-o zi (a descoperit asta după șase luni). De fapt, Jeppe a desfășurat studii etnografice extinse despre felul în care danezii se raportează la căminul lor și despre modul în care hygge influențează ospitalitatea și consumul de hrană și de băutură. Conform descoperirilor sale, hygge reprezintă percepția situațională a fihnei și a plăcerii – să te bucuri de momentul prezent –, o atmosferă care constă în modul în care te porți cu ceilalți, starea de spirit a întâlnirii și senzația spațiului fizic. Mediul ambiant este foarte important când vine vorba de sentimentul de hygge. Ține de locuri cu atmosferă.



Pentru danezi, casele sunt sediile centrale ale hygge. Căminul nu este doar un loc în care ne relaxăm și ne reîncărcăm bateriile, ci este esențial pentru viața socială din Danemarca. În vreme ce alte țări au o cultură a socializării predominant în baruri, restaurante și cafenele, danezii preferă *hjemmehygge* (căminul hygge). Asta poate pentru că a ieși în oraș în Danemarca este relativ costisitor sau pentru că danezii sunt de obicei introverți și se simt mai confortabil în mediul lor. Poți deosebi ușor un danez introvertit de unul extravertit. Danezul introvertit se va uita la pantofii lui, cel extravertit la pantofii tăi. Suntem o nație nordică de femei și bărbați tăcuți.

În combinație cu pasiunea pentru design, asta ne transformă într-o națiune de introverți care stau în cuibul lor, având hygge drept sport național. Așa că, atunci când a lovit COVID-19 și guvernul le-a cerut danezilor să se ferească de aglomerații, să stea în casă și să petreacă timp cu cât mai puțini oameni, noi, danezii, am spus: „Ne descurcăm. Am exersat asta toată viața!”

Recent însă, hygge a devenit și un fenomen global. În fiecare an, Raportul mondial al fericirii prezintă o listă de niveluri ale fericirii din întreaga lume. De obicei, pe primele locuri sunt cele cinci țări nordice: Danemarca, Suedia, Norvegia, Finlanda și Islanda. Acest lucru a dus la un interes sporit pentru cultura și modul de viață al țărilor scandinave – cum ar fi hyggeul danez.

Caută pe Amazon cărți despre hygge și o să obții peste 500 de rezultate. Eu am scris una dintre ele. A fost tradusă în peste 35 de limbi și s-a vândut în mai bine de un milion de exemplare. A început mai întâi în Danemarca, iar acum a ajuns în toate țările lumii. A devenit a doua invazie vikingă – de această dată însă, hoardele hygge sunt înarmate cu păături și ciocolată fierbinte.