

**LBRIS**

We know  
books

*How to Raise a Viking*  
Helen Russell



Editura Litera  
rel.: 0374 82 66 35; 021 319 63 90; 031 425 16 19  
e-mail: [contact@litera.ro](mailto:contact@litera.ro)  
[www.litera.ro](http://www.litera.ro)

*Cum să crești un viking. Secretele educației  
celor mai fericiți copii din lume*  
Helen Russell

Copyright © 2025 Grup Media Litera  
pentru versiunea în limba română  
Toate drepturile rezervate

Editor: Vidrașcu și fii  
Corector: Georgiana Enache  
Copertă: Bell Studio  
Tehnoredactare și prepress: Codruț Radu

Descrierea CIP a Bibliotecii Naționale a României  
RUSSELL, HELEN  
Cum să crești un viking. Secretele educației  
celor mai fericiți copii din lume / Helen Russell;  
trad.: Valentina Georgescu. – București: Litera, 2024  
ISBN 978-630-342-731-7  
I. Georgescu, Valentina (trad.)  
821.111(73)-93-31=135.1

**HELEN RUSSELL**

# CUM SĂ CREȘTI UN VIKING

SECRETELE EDUCAȚIEI  
CELOR MAI FERICIȚI COPII  
DIN LUME

Traducere din limba engleză de  
VALENTINA GEORGESCU

**LITERA**  
București

## DEDICAȚIE

### Pentru micii vikingi

*(Îmi pare rău pentru jucăria de făcut baloane!)*

### Pentru viitorii părinți

*(Totul va fi bine și nu vă faceți griji dacă nu reușiți să țineți în viață un busuioc la ghiveci. Nici eu nu pot. Și nici vreo altă plantă de apartament, deși respect instrucțiunile de îngrijire. Prietenii cu har pentru grădinărit insistă să ne cumpere plante cu care susțin că este „imposibil de dat greș“. Dar acestea se ofilesc inevitabil, iar noi arătăm amândoi ca ultimii fraieri. Plante de apartament? Nu. Dar copii? Da! Trei la număr! Așa că nu vă faceți griji dacă nu vă descurcați cu busuiocul la ghiveci. Puteți fi totuși niște părinți grozavi. Iată cum fac vikingii...)*

## CUPRINS

|   |     |
|---|-----|
| INTRODUCERE: Viking din întâmplare. . . . .                               | 7   |
| CAPITOLUL 1: Felicitări! O să aveți un viking! . . . . .                  | 19  |
| CAPITOLUL 2: S-a născut un viking . . . . .                               | 36  |
| CAPITOLUL 3: Bebelușii danezi. . . . .                                    | 50  |
| CAPITOLUL 4: Cum să crești un <i>Børn</i> . . . . .                       | 67  |
| CAPITOLUL 5: Nu există vreme rea (doar hainele nepotrivite) . . . . .     | 88  |
| CAPITOLUL 6: Alegerea alimentelor și mesele în familie . . . . .          | 105 |
| CAPITOLUL 7: Cântatul, <i>Samfundssind</i> și creierul social . . . . .   | 123 |
| CAPITOLUL 8: Arată, nu spune: Disciplina în stil viking. . . . .          | 143 |
| CAPITOLUL 9: Joacă-te (bine)! . . . . .                                   | 166 |
| CAPITOLUL 10: Riscuri (sau sănătate și siguranță ca la vikingi) . . . . . | 184 |
| CAPITOLUL 11: Riscurile tehnologiei digitale. . . . .                     | 202 |
| CAPITOLUL 12: Noile saga scandinave . . . . .                             | 219 |
| CAPITOLUL 13: Începe școala (cu greu). . . . .                            | 235 |
| CAPITOLUL 14: <i>God Ferie!</i> Vacanța ca la vikingi . . . . .           | 254 |
| CAPITOLUL 15: Să facem mișcare!. . . . .                                  | 274 |
| CAPITOLUL 16: Adolescenții vikingi . . . . .                              | 288 |
| EPILOG: Vremea Crăciunului . . . . .                                      | 309 |
| CAPITOL BONUS: Cum să petreci ca un viking. . . . .                       | 325 |
| MULȚUMIRI. . . . .  | 341 |
| NOTE BIBLIOGRAFICE. . . . .   | 343 |

## Introducere

# VIKING DIN ÎNTÂMPLARE

**A**m știut că am trecut de punctul în care nu mai puteam da înapoi când am dat căutare pe Google pentru „cea mai bună secure pentru copii“ într-o cafenea, în timp ce copiii mei dormeau afară în cărucior. Ronțăiam o felie de pâine de seară cu gem și brânză (toate la un loc... bine ați venit în Danemarca!) și simțeam cum cafeaua își face magia, când am auzit intrând un e-mail pe grupul de cercetași al fiului meu. Mă așteptam la sarcini administrative sau la o invitație de a coace niște fursecuri. Dar mesajul a fost următorul: „Miercuri facem focuri de tabără! Nu uitați pumnalele!“

Nu, fiul meu nu intrase în vreo bandă de răufăcători. Pe tărâmul vikingilor, copiii sunt echipați cu instrumentele necesare pentru aprinderea focului. Un lucru ce ar aduce pedeapsa cu închisoarea în Marea Britanie este ceva normal pentru minivikingii care își iau bricegele în rucsacuri în fiecare miercuri. La vârsta de șase ani, fiul meu cel mare avea deja trusa lui de unelte și propriul „pumnal“, cu tot cu ciocan, fierăstrău, șurubelnițe – și cu cap plat, și cu cap în cruce. Nu știa să citească și nici să scrie – scandinavii nu pun așa mare preț pe „învățat“ înainte de opt ani. Dar era *criminal* la construit bărci și aprins focuri de tabără.

Eu nu asta am intenționat. Fata de oraș, convinsă că nu poate rămâne însărcinată, nu s-a așteptat niciodată să se mute la țară în Scandinavia și să devină mamă a trei copii. Timp de doisprezece ani, am locuit și lucrat ca jurnalist în Londra, neintenționând să plec, până când, absolut din senin, într-o zi ploioasă de miercuri, soțului meu i s-a oferit slujba visurilor sale la Lego, în Danemarca. La început, am fost sceptică. Aveam o carieră pentru care trudisem din greu. Aveam un apartament, prieteni buni, rude apropiate – aveam o viață. În fine, lucram peste program, și eu, și soțul meu, funcționam pe adrenalină și abia dacă aveam timp să ne vedem. Trebuia să ne amăgim cu regularitate ca să facem față fiecărei zile, iar în ultimele șase luni, fuseserăm amândoi ba bolnavi, ba sănătoși și apoi iar bolnavi.

Dar era ceva normal, nu? Credeam că trăim „visul urban“. În realitate, eram epuizați fizic și emoțional. Încercaserăm, de asemenea, să ne întemeiem o familie a noastră, asta însemnând mulți ani de tratamente de fertilitate. Doar că nu a funcționat niciodată. Așa că, atunci când ni s-a prezentat această posibilitate a unei vieți noi, șansa de a înlocui tot ce știam cu altceva nou, ne-am oprit brusc.

Danemarca tocmai fusese votată cea mai fericită țară din lume, iar pe mine asta m-a fascinat – cum de reușise o mică țară nordică să obțină titlul de „cea mai fericită națiune de pe pământ“? Să fi fost ceva în aerul de acolo? Oare berea, baconul și foietajul chiar puteau face viața mult mai bună? Am descoperit că Danemarca fusese votată cu regularitate una dintre cele mai fericite țări din lume – în studii ce datau încă din 1970. Am fost în vizită într-un weekend, doar ca să verificăm locul. Și, imediat ce am coborât din avion, am observat că era ceva diferit la danezii pe care îi întâlneam. În primul rând, nu arătau ca noi, dincolo de faptul că erau toți vikingi voinici, mult mai înalți decât mine. Arătau mai relaxați și mai fericiți.

Mergeau mai încet.

Făceau pauze ca să mănânce împreună și nu se grăbeau.

Sau vorbeau.

Sau pur și simplu... respirau.

Și am fost impresionați. Soțul meu – un bărbat din Yorkshire care adoră să fie în aer liber și care nu se rușinează să poarte hanorace cu glugă – a fost entuziasmat de idee. M-a implorat să ne mutăm, promițând că data viitoare aveam să o facem pentru cariera mea. Și m-am trezit fiind de acord. Am demisionat din postul de editor la publicația *marieclaire.co.uk* ca să devin liber-profesionistă și am decis să încerc asta vreme de un an, timp în care să investighez fenomenul fericirii la danezi la prima mână. Mi-am propus să studiez un sector diferit al vieții în fiecare lună, ca să văd ce fac danezii diferit – de la mâncare la viața de familie, de la design la grădinițe și educație. În fiecare lună, urma să adopt cu entuziasm „stilul de viață danez“, ca să văd dacă mă face mai fericită – și dacă, drept consecință, pot schimba felul în care trăiesc. Mi-am propus să stau de vorbă cu sociologi, istorici, cercetători, economiști, politicieni, psihologi – cu toată lumea, de fapt –, în încercarea de a dezvălui secretele vieții în stil danez.

Așa că am emigrat, înlocuind luminile strălucitoare și forfota capitalei Regatului Unit cu zona rurală din Iutlanda, în toiu iernii. Nu cunoșteam pe nimeni, nu vorbeam limba și nu aveam nicio slujbă. „Domnul Lego“, soțul meu, pleca la muncă la 7.30 dimineața, iar eu rămâneam singură. Aproape. Câinele nostru – un maidanez lăptos cu origini necunoscute (mama lui fiind un fel de frumusețe a locului) – a venit cu noi în această aventură. Dar câinii nu se prea pricep la conversație, așa că am început să mă îngrijorez că tocmai făcusem cea mai mare greșeală a vieții mele.

Dar asta s-a întâmplat acum zece ani.

Și eu tot aici sunt.

Diferențele culturale dintre Marea Britanie și Danemarca s-au accentuat după 2013, când am scris despre primele mele experiențe în *The Year of Living Danishly*. De atunci am trecut prin Brexit și prin

anii cu Boris și Trump. Am terminat de scris prima mea carte cu un nou-născut în brațe. Acum, sunt mamă a trei copii.

Născuți aici – un roșcovan și gemeni concepuți prin fertilizare in vitro –, copiii mei sunt familiarizați doar cu viața de viking. Deși eu și tatăl lor suntem amândoi din Marea Britanie și ne-am propus inițial să trăim doar un an în stil danez, iată-ne ajunși aici, zece ani mai târziu. În mare parte pentru că suntem deosebit de dezorganizați, timpul a zburat, și asta este tot ce știu copiii noștri. Așadar, am un interes personal considerabil în jocul de-a părinții în stil viking – fie că rămânem aici, fie că nu.

Să fii părinte ca danezii este ciudat de anacronic câteodată. Ca o carte de Enid Blyton<sup>1</sup> cu mai puțin bigotism. Iar minivikingii sunt diferiți de copiii din țara mea. Ei mănâncă diferit. Învăță diferit. Se joacă, se îmbracă și chiar dorm diferit. Ei cântă (tot timpul), aleargă, sar, se cațără, cad și se ridică iar, petrec timp în natură, ore în șir în fiecare zi. Este frig și e multă umezeală și e neplăcut în majoritatea timpului. Dar ei fac față.

În Danemarca, toți copiii se joacă afară, școlile nu au porți, sugarii și copiii până în trei ani sunt lăsați să moțăie afară în cărucioare. Iar asta pentru că 79% dintre danezi au încredere în *majoritatea* oamenilor – o statistică pe care am considerat-o extraordinară (eu nu am încredere în 79% dintre rudele apropiate...). Bine, Danemarca e o țară mică, de numai 5,8 milioane de locuitori. Dar asta este cam cât sudul Londrei – și nici acolo nu am avut încredere în toți.<sup>1</sup>

În Marea Britanie și în SUA, nivelul încrederii a scăzut dramatic în ultimii șaiszeci de ani, de la 60% la 30%.<sup>2</sup> Eu am crescut în anii '80 și '90, în plin avânt al campaniei despre „neîncrederea în străini“. Laolaltă cu generații întregi de școlari, eram învățați să avem *mai puțină* încredere – cu discuții anuale cu reprezentanți ai poliției despre pericolele

<sup>1</sup> Enid Blyton (1897–1968), autoare britanică celebră a peste 700 de lucrări, incluzând romane, povești scurte și cărți de activități. (n.tr.)

reprezentate de persoanele necunoscute. Prietenii americani îl aveau pe McGruff, un câine polițist dur, cu voce gravă, care avertiza asupra pericolelor care pândeau la fiecare pas. Să fii copil în anii '80 însemna să fii extrem de conștient de faptul că puteai să mori în orice zi. Însă la nordici? Lucrurile nu prea stau așa.

Nivelul încrederii în Danemarca a fost mereu ridicat – ba chiar a fost în creștere cu câteva procente în ultimii ani. Copiii sunt învățați că lumea este un loc în esență bun și că majoritatea oamenilor nu au intenții rele. Chestie care mi se pare *nebunească, iluzorie, eliberatoare*. „Dacă ai încredere în oamenii din jurul tău, poți fi mai relaxat“, după cum spune cea mai veche prietenă vikingă a mea. Este o formidabilă zeiță nordică blondă, mamă a trei copii, ce „rezolvă lucruri“ aparent fără efort, fiind surprinsă când noi, ceilalți, (mai concret, eu) nu reușim. Dar are o inimă din cel mai pur aur viking și m-a ajutat încă de la venirea noastră aici să descifrez stilul de viață danez. Și cel puțin un lucru am învățat încă de la început: Este tipic pentru vikingi să aibă încredere în copiii lor că vor găsi soluții, că vor învăța cum să se folosească de corpul lor și cum să se descurce în mediul înconjurător. Străinii glumesc mereu pe tema asta, spunând că pentru nordici nu există preocupări pentru sănătate și siguranță (indiferent de ce susțin despre Europa cei care au votat pentru Brexit). În schimb, există peste tot lumânări aprinse, copii de patru ani care taie lemne cu fierăstrăul și copii de șase ani care plimbă câinele sau vin de la școală pe bicicletă, neînsoțiți de adulți. Așa cum ar spune prietena mea vikingă sadea: „Copiii noștri cresc liberi – pentru că au încredere.“

Această încredere pare a fi o profeție care se autoîndeplinește. Danemarca este țara cea mai puțin coruptă din lume, unde până și politicienii, de neîncredere în majoritatea țărilor, după cum bine se știe, se bucură de o reputație relativ bună.<sup>3</sup> Țările nordice sunt de regulă fruntașe în clasamentele UNICEF despre fericire, educație și egalitate.<sup>4</sup> Iar copiii din țările nordice au, în general, cel mai crescut nivel de bunăstare din toată lumea.

Prin comparație, tinerii din Marea Britanie și din SUA sunt mai predispuși să aibă probleme de sănătate mintală decât cei din aproape orice altă țară dezvoltată, conform UNICEF.<sup>5</sup> Un raport publicat de *Children's Society* arată că numărul copiilor britanici care sunt nefericiți de viața pe care o duc continuă să crească. În SUA, o treime din totalul adolescenților au în prezent simptome care îndeplinesc criteriile pentru o tulburare de anxietate, conform datelor furnizate de Harvard.<sup>6</sup>

Modelul britanic și cel american nu dau rezultate. Prin urmare, ce fac vikingii diferit? Care sunt secretele procesului viking de creștere, de educare și de îngrijire a copiilor? Și ce putem învăța noi, ceilalți, de la ei? De la perioada sarcinii, la naștere, la vârsta preșcolară și la cea școlară, vreau să aflu ce înseamnă fiecare etapă pentru copiii din Danemarca, Norvegia, Suedia, Islanda și Finlanda și pentru cei care îi au în grijă.

– Stai puțin, vă și aud strigând, „finlandezii sunt și ei vikingi? Și Scandinavia este sinonimă cu *nordic*?”

La care eu spun:

– E complicat. Și: Nu chiar.

Adesea, există o confuzie când vine vorba despre țările scandinave, iar conversațiile despre mutarea mea decurg de regulă cam așa:

– Cum mai stai cu olandeza?

Eu: Locuiesc în Danemarca. Aici se vorbește daneză.

– Aha. Păi, bine atunci. Cum mai stai cu daneza?

\*Se uită într-un punct nu foarte îndepărtat\*

– Ia te uită! O pasăre! (Daneza este complicată și eu mă descurc încă foarte prost.)

Dar la modul general vorbind? Nedumerirea este profundă. Dați căutare pe Google „Este Danemarca” și cei mai căutați termeni afișați sunt:

... o insulă?

... vorbitoare de engleză?

... parte din Suedia?

(Răspunsuri: Nu x 3)

Există trei țări scandinave: Norvegia, Danemarca și Suedia, ale căror limbi au caracteristici comune. Există însă cinci țări nordice: Norvegia, Suedia, Danemarca, Finlanda și Islanda. „Nordic” este termenul folosit pentru a descrie orice are legătură cu ele, ca, de exemplu, design nordic sau bucătărie nordică. „Scandinav” se folosește pentru popoarele din vechime care au trăit în regiunile nordice și este asociat culturii lor comune.

– Și care-i treaba cu tipii ăia cu coifuri cu coarne și bărbi de hipster? mă întreabă prietenii.

– Adică vikingii?

Prietenul/a: \*Încuviințează cu o mișcare viguroasă din cap\*

În ciuda modului în care apar în toate desenele animate făcute vreodată, vikingii nu au purtat niciodată coifuri cu coarne. Credem asta doar din cauza compozitorului german Richard Wagner.

Pentru producția din 1876 a dramei sale muzicale *Inelul Nibelungilor*, bazată pe epopeile scandinave, costumierii au inclus coifuri cu coarne. Spectacolul a avut un asemenea succes, că vikingii cu coifuri cu coarne au devenit un standard.

Așadar, Wagner e de vină.

– Cum? Și-atunci, vikingii cine au fost?

Ei bine, vikingii au fost un popor de navigatori care au cutreierat mările din nordul Europei între anii 800 și 1066 d.Hr. Cuvântul „viking” provine de la termenul *vikingr* din nordica veche, însemnând „a prăda”.

– Deci totul era doar prădăciune, sex și dragoni?

„Te gândești cumva la *Urzeala tronurilor*?”

– Poate... \*Privește în depărtare\* Mmm... Jon Snow<sup>1</sup> – nu știristul...

<sup>1</sup> Referire la personajul fictiv din seria de romane fantastice epice *Foc și sânge*, de George R.R. Martin, adaptate pentru televiziune cu titlul *Urzeala tronurilor*, unde personajul este interpretat de Kit Harington, și la Jonathan George Snow, jurnalist și cel mai longeviv prezentator de televiziune englez de la Channel 4 News. (n.tr.)

În acest punct, am scos un proiector portabil pentru o prezentare despre cultura, istoria, mitologia și viața de zi cu zi a vikingilor. De-a lungul anilor trăiți în stil danez, am avut perioada mea de interes intens față de vikingi, vizitând morminte și colecționând mai multe pietre inscripționate cu rune decât îmi pot aminti. Am călătorit spre est, pe ruta scandinavilor către lumea arabă, pentru a vedea pe viu blocurile de piatră – înfățișând imagini din viața vikingilor, așa cum a fost ea consemnată la vremea respectivă, eliminând astfel speculațiile. Am discutat cu arheologi și istorici, care au încercat să mă învețe. Am aflat despre lungile călătorii ale vikingilor pe emblematicile corăbii alungite (cele cu vâsle și cu o singură pânză arcuită), astfel încât influența lor asupra istoriei Europei este vastă. Milioane de descendenți ai vikingilor există până în prezent, mulți necunoscându-și acest fond genetic (și voi ați putea fi dintre ei). Chiar și numele zilelor provin din tradiția nordică. *Sunday* vine de la Sunna, zeița nordică a soarelui, *Monday* vine de la „moon day“, „ziua lunii“, numită după zeul lunii. *Tuesday* este ziua lui Tyr, numită după zeul războiului și al judecății. *Wednesday* este ziua lui Woden, numită după zeul scandinav Odin, în vreme ce *Thursday* este numită probabil după cel mai cunoscut zeu scandinav, Thor (cel cu ciocanul). În cazul lui *Friday*, lucrurile devin puțin neclare (nu așa se întâmplă mereu?), dar numele provine fie de la zeul scandinav Freyr, fie de la zeița scandinavă Freya sau Frigg.

– Și *Saturday*? vă aud întrebând.

Ei bine, osteniți deja de atâta tâlhăreală, s-au lăsat păgubași, așa că această zi își trage numele pur și simplu de la zeul roman Saturn.

Vikingii își au originea pe teritoriile cunoscute în prezent drept Danemarca, Norvegia și sudul Suediei. Ei au călătorit către vest pentru negoț și pentru a petrece o perioadă de timp în Finlanda, făcând comerț în porturile de pe coasta sudică în drumul către Rusia. Prin urmare, istoria timpurie a Finlandei este surprinzător de mult marcată de vikingi. Arheologul Marika Mägi, stabilită în Danemarca, susține

că finlandezii baltici erau și ei vikingi, însă lumea ignoră acest lucru pentru că finlandezii și-au ratat momentul.

În Europa, vikingii au devenit cu adevărat populari la sfârșitul secolului al XIX-lea, când scandinavii au început să scrie despre ei. Dar, la vremea aceea, finlandezii erau ocupați să devină un mare ducat autonom al Imperiului Rus. Abia după dobândirea independenței, în 1917, au putut finlandezii să vorbească despre strămoșii lor vikingi –, dar era deja prea târziu.

– Frustrant!

– Știu!

Povestea era deja spusă, suvenirurile vândute și tricourile imprimate în toată Scandinavia.

– Și Islanda – nu ziceai ceva și despre Islanda?

– Ba da! Răsfoiesc în urmă prin prezentarea PowerPoint și iau indicatorul cu laser – de care nimeni nu are nevoie și care e folosit doar pentru a tachina pisicile – ca să indic insula cu vulcani activi din Atlanticul de Nord. Țara pe care o numim acum Islanda era nepopulată înainte de sosirea coloniștilor scandinavi, în 874 d. Hr. În prezent, are o populație similară cu a localității Stoke-on-Trent<sup>1</sup>, 100 de cuvinte pentru „vânt“ și un restaurant care servește exclusiv roșii. Așa că Islanda face parte din clubul vikingilor.<sup>2</sup>

– Am înțeles: Scandinavia = Norvegia, Suedia și Danemarca. Țările nordice = Islanda, Finlanda, Norvegia, Suedia și Danemarca.

În acest moment, las deoparte indicatorul cu laser, ca nu cumva să înceapă să se adune toate pisicile din cartier, și îi las pe proaspăt pasionații de vikingi să își vadă de ale lor. Eu am cercetași de transportat,

<sup>1</sup> Numit pe scurt și Stoke, este un oraș din Staffordshire, centrul Angliei, format dintr-o uniune a șase localități istorice și cunoscut în special pentru industria ceramicii. (n.tr.)

<sup>2</sup> Groenlanda nu face parte. Populația actuală a Groenlandei descinde din cultura hule, sosită aici după 1200. Nici Insulele Feroe nu fac parte din gașca vikingilor, ele fiind colonizate cu 300 de ani înainte de sosirea acestora. (n.a.)

topoare de ascuțit și lemne de tăiat (treaba nu se termină niciodată). Toate acestea înaintea încă unui rând de cafea cu *kanelsnegl* (melc cu scortșoară). Dar nu e totul numai despre dulciuri la cuptor, băuturi fierbinți și *hygge*. Țările nordice or fi printre „cele mai fericite“ de pe planetă, conform celor mai recente rapoarte ale ONU, dar și vikingii se confruntă cu aceleași dificultăți ca noi, ceilalți.

Locul s-a schimbat de când am venit eu aici, în pas cu ascensiunea naționalismului în Europa și SUA. Iar experiența mea nu este aceeași cu a celorlalți. Însă există obstacole și curiozități comune cu care ne confruntăm în toată lumea. Pentru că încercarea de a „trăi“ bine este dificilă. Să fii părinte când nu dormi suficient și ești mai sărac decât în viața de dinainte este dificil. Iar relațiile, după ce ai copii, sunt *extrem* de dificile.

Cele mai recente date publicate de Statistics Denmark arată că aproximativ 40% dintre căsnici se încheie cu divorț.<sup>7</sup> La momentul când scriu această carte, în Danemarca, poți scăpa de pirostria online pentru doar 775 de coroane daneze (89 de lire)<sup>1</sup>, așa că divorțul tinde să fie mai puțin brutal. Dar sunt în joc și factori culturali. Țările nordice sunt vestite pentru egalitatea de gen, iar angajarea femeilor este de mult timp un lucru de la sine înțeles. De vreme ce ambele sexe muncesc și toți tind să fie plătiți cu un salariu care să le poată asigura un trai decent, femeile nu depind de soții lor pentru bani. Iar danezii ocupă locul fruntaș în Europa la nivelul general de satisfacție. Prin urmare, deși nimeni nu își propune să divorțeze, nu este sfârșitul lumii dacă o faci. Iar danezii oferă bucuroși o nouă șansă căsătoriei. Danemarca este numărul unu în Europa la recăsătoriri și, așa cum spune vecina mea: „Nouă, danezilor, ne place rău de tot să ne căsătorim, așa că nu ne deranjează să o facem de mai multe ori.“

<sup>1</sup> Conversia coroane daneze/lire s-a făcut la valoarea avută de cele două monede la momentul scrierii cărții. (n.red.)

„Chestia cea mai grozavă la Danemarca este că aici există o mulțime de feluri diferite de a fi o familie“, îmi spune o mămică de la școală.

Mai precis, în Danemarca există treizeci și șapte de tipuri diferite de unități familiale, conform site-ului oficial al guvernului, de la cupluri de același sex la părinți singuri și așa mai departe. Stereotipul mamei vitrege rele nu se regăsește în Danemarca, unde o majoritate tot mai mare de familii include o/un „mamă/tată/soră sau frate bonus“. Așa cum afirmă Rasmus Kjeldahl, de la asociația pentru drepturile copiilor, *Børns Vilkår*: „Poți avea copii fericiți în ciuda ratei crescute a divorțurilor din Danemarca.“

Suedia, Norvegia și Islanda au mai multe nașteri în afara căsnicilor decât în cadrul lor, iar 67% dintre bebelușii islandezi se nasc din părinți care nu sunt căsătoriți.<sup>8</sup> În SUA și în Marea Britanie, aceste forme de familie sunt asociate cu o situație mai precară și pot atrage dezaprobarea. Însă în țările nordice sunt acceptate aranjamentele mai flexibile. Fostul premier finlandez Sanna Marin a fost crescută de două mame. Ea însăși a născut în 2018, a ajuns la putere în 2019 și *pe urmă* s-a măritat, în 2020. În 2019, Mette Frederiksen a devenit cel mai tânăr prim-ministru danez care este mamă singură a doi copii. De atunci, ea s-a măritat și trăiește acum cu soțul ei și cu cei trei copii ai lui într-o casă, ~~într-un haos absolut~~ ca o familie recompusă fericită.

Chiar și cei care nu sunt danezi înțeleg de ce este tentant să crești copii vikingi.

Țara vestită pentru Lego, pentru subgenul Nordic Noir și pentru produsele perfecte de patiserie mai are un alt produs de export major: sperma. În prezent, danezii își trimit sperma în 100 de țări din toată lumea. Expedițiile către Marea Britanie au crescut de la an la an, ajungând acum să reprezinte 30% dintre toți donatorii noi de import, câpătând termenul de „invasia pașnică a vikingilor“. O prietenă din Marea Britanie, care trece acum prin procedura cu sperma daneză, spune că „e mai simplu să mergi pe cont propriu în sistemul danez – iar ideea unui

bebeluș viking nu e nici ea de lepădat“. Acum, nu toți danezii arată ca Mads Mikkelsen sau ca Nikolaj Coster-Waldau, dar destul de mulți da...

*Este vorba însă despre mai mult decât să îmi văd copiii cățărându-se în copaci și zburdând neînfricați, liberi și... fericiți?* Este vorba despre speranță. Vreau să aflu secretele creșterii și educării copiilor în stil danez și ce pot învăța din abordarea nordică.

Unele aspecte ale parentingului în stil viking pot fi aplicate oriunde ne-am afla. Unele pot fi o sursă de inspirație. Iar altele pot fi o perspectivă asupra unui alt mod de viață – chiar exotic, în unele cazuri (vezi treaba cu „gem și brânză“). Prin urmare, aceasta este o poveste despre parenting în ape necunoscute. Începând cu mine – care n-am habar nici de noțiuni de parenting, *nici de stilul viking*.

Și aș vrea să fie foarte clar un lucru: habar nu am ce fac.

Uitați de „parentingul conștient“, eu sunt mai degrabă un „părinte haotic“, care navighează cu dificultate de la o săptămână la alta. Emojiul folosit cel mai frecvent de mine este cel cu palma peste frunte care exprimă frustrare, dezamăgire sau exasperare în fața unei situații. Expresia cel mai frecvent folosită de mine este: „Of, la naiba, am uitat să \*a se completeze aici cu obiectul sau evenimentul relevant\*.“ O dau în bară zilnic. Deși trăiesc de zece ani în stil danez, am în continuare o perspectivă de străin, deși cu informații din interior de la prieteni, care își fac cu regularitate milă de mine și îmi explică ce naiba se petrece.

Când crești niște omuleți, fiecare fază este nouă. Fiecare etapă a vieții aduce probleme și recompense. Iar eu învăț tot timpul. În prezent, se vorbește mult despre „self-parenting“, însă, dacă nu creștem cu un sâmbure de îndârjire ca a vikingilor, putem oare învăța asta ca adulți? Eu vreau să aflu acest lucru. Împună cu voi. De preferat, cu niște gustări alături. V-ați instalat confortabil? Atunci, să începem!

## Capitolul 1 FELICITĂRI! ◇ SĂ AVEȚI UN VIKING!

**P**rivesc printr-un microscop ceva ce arată ca o petrecere. Forme individuale, înghesuite unele într-altele, gata să socializeze, se mișcă de colo-colo. Femei în halate de laborator și cu saboți de cauciuc scârțâitori în picioare manipulează containere cu azot lichid și frigidere pline de graffiti cu mormoloci. În apropiere, pipete cu „material genetic“ sunt introduse în tuburi în culori pastelate, trimise apoi la clinicile de fertilizare in vitro din toată lumea.

– De obicei, le trimitem prin DHL, îmi spune o purtătoare de saboți de cauciuc în timp ce așază eprubete cu material seminal într-o cuvă aburindă cu azot lichid. Sau, dacă e doar pe distanță scurtă, prin UPS, într-o pungă de plastic resigilabilă plină cu pastile de răcire.

– Pastile de răcire? Ca o geantă frigorifică pentru înghețate pe băț?  
– Oarecum, dar răcită la -196°C. Și pentru spermă.

Este vorba despre Cryos, epicentrul comerțului internațional cu spermă. Și se află la colțul străzii pe care locuiesc. Eu nu sunt chiar un vizitator regulat, dar prima dată mi-am băut ceaiul cu bărbatul implicat

în existența a 70 000 de bebeluși în 2015. Nu, nu e reîncarnarea lui Gînghis Han<sup>1</sup>, ci doar Ole Schou. Studentul în domeniul afacerilor devenit magnat al spermei, care a fondat în 1987 Cryos în orașul danez Aarhus.

– Am avut un vis, mi-a spus când ne-am întâlnit.

– Că într-o zi toate văile vor fi ridicate...?<sup>2</sup>

– Nu, despre sperma înghețată. Am văzut-o, pur și simplu, la fel de limpede cum te văd pe tine acum, așa că am început să citesc tot ce era de citit despre procesul de congelare a spermei. Am obținut un împrumut de afaceri și iată-ne aici!

Piața s-a dezvoltat și cererea a crescut, ajutată de presupusa „virilitate” a bărbaților danezi și de neobișnuita lor înclinație către donarea de spermă. Cryos nu este singura bancă de spermă din Danemarca, dar este cea mai mare. Iar cererea este atât de mare, că toate băncile de spermă daneze au de lucru.

În prezent, Cryos își expediază sămânța pe „toate continentele, mai puțin Antarctica”, spune Ole, însă unele țări importă mai mult material genetic viking decât altele. În Marea Britanie, unul din trei copii concepuți prin donatori are tată biologic danez. Există o rezervă limitată de material local după ce, în 2005, legislația a interzis donația anonimă

<sup>1</sup> Referire la presupusul număr foarte mare de copii nelegitimi pe care i-ar fi avut Gînghis Han. O cercetare genetică realizată în 2003 a sugerat că aproximativ 16 milioane de bărbați din regiunea în care a domnit Gînghis Han (circa 8% din populația masculină din Asia Centrală) ar putea fi descendenți direcți ai lui. Această estimare s-a bazat pe analiza ADN-ului, care arată că o proporție semnificativă de bărbați poartă o secvență genetică ce poate fi urmărită până la un singur individ, care a trăit acum aproximativ 1 000 de ani, presupus a fi Gînghis Han. (n.tr.)

<sup>2</sup> Expresia provine din Biblie, din Cartea lui Isaia 40, 4, și este adesea citată în contexte religioase și culturale, ea referindu-se la o promisiune de mîntuire și egalizare, în care toate văile vor fi ridicate, iar dealurile și munții vor fi coborâți, semnificând o restaurare a dreptății divine și o nivelare a nedreptăților. În faimosul discurs *I Have a Dream* al lui Martin Luther King Jr., această frază este folosită ca o metaforă pentru dreptatea socială și egalitatea rasială. (n.tr.)

în Marea Britanie, eliminând mulți potențiali donatori. Însă vikingii sunt mult mai greu de descurajat.

Danemarca deține recordul mondial la tratamente de fertilitate, grație finanțării generoase de către stat, care a făcut din reproducere mai degrabă un proiect național decât un efort individual. Începând cu 2007, femeile din Danemarca fără copii au acces la fertilizare in vitro finanțată de stat, indiferent de starea civilă sau de orientarea sexuală.

În prezent, unul din zece copii din Danemarca este conceput într-o clinică de fertilitate, o statistică la care am contribuit și eu. După multe tratamente de fertilitate eșuate în Marea Britanie, până la urmă am fost ajutată de sistemul danez să îmi întemeiez o familie. De trei ori. Prima imagine pe care o am cu gemenii mei reprezintă două celule într-un vas Petri. Însă în vreme ce eu mi-am făcut copiii cu vechea și plictisitoare spermă britanică, varietatea vikingă face ravagii în lung și-n lat.

Ca să aflu de ce, m-am întors la Cryos, la etajul cinci al unei clădiri modeste de pe o stradă aglomerată. La recepție, există frigider pline cu apă îmbuteliată, boluri de sticlă pline cu batoane de cereale gratuite și bilețele care te îndeamnă să nu uiți să „Fii super!” Este cea mai toridă zi a anului, așa că sunt încântată să descopăr că aici poți primi și înghețată (vanilie, mango sau caramel sărat).

Mi se pare nepotrivit de intim să stai pe o canapea de pluș gri, la doar câțiva metri de „cabinele donatorilor”, cu lumini deasupra ușilor care se fac roșii când e ocupat. Fiecare are un raft cu reviste porno, semnal de net excelent și ochelari de realitate virtuală. Cryos a fost prima bancă de spermă din Danemarca care a investit în „pornografie în realitatea virtuală”, cu un cost de aproximativ 20 000 de coroane daneze per unitate (2 300 de lire), după ce studiile au arătat că utilizatorii au avut parte de „un efect pozitiv puternic asupra numărului de spermatozoizi mobili dintr-o ejaculare”.<sup>1</sup> Totodată, cu cât le ia mai mult pentru obținerea unui eșantion, „cu atât calitatea este mai bună”, aflu din broșurile informative.