

ГЕЛЕН РАССЕЛЛ
РІК ХЮГЕ ПО-ДАНСЬКИ

HELEN RUSSELL

The YEAR of LIVING DANISHLY

UNCOVERING THE SECRETS OF THE WORLD'S HAPPIEST COUNTRY

ГЕЛЕН РАССЕЛЛ

РІК ХЮГЕ ПО-ДАНСЬКИ

СЕКРЕТИ НАЙЩАСЛИВІШОЇ КРАЇНИ У СВІТІ

Харків

 Vivat
ВИДАВНИЦТВО

2019

УДК 821.111-312.6/316
P24

Серія «Дозвілля»

Перекладено за виданням:
Russell H. The Year of Living Danishly : Uncovering the Secrets
of the World's Happiest Country / Helen Russell. – London :
Icon Books Ltd, 2015. – 384 p.

Переклад з англійської Оксани Ліпської

Дизайнер обкладинки Оксана Кочка

Присвячую Руденькому, Легоменові
та жінці в лижному костюмі й береті

Расселл Г.

P24 Рік хюґе по-данськи. Секрети найщасливішої країни
у світі / Гелен Расселл ; пер. з англ. О. Ліпської. – Х. : Віват,
2019. – 416 с. – (Серія «Дозвілля», ISBN 978-966-942-828-8).

ISBN 978-966-942-940-7 (укр.)

ISBN 978-1-78578-023-3 (англ.)

Легка й дотепна історія про переїзд успішної лондонської кар'єристки
в данську провінцію, а ще про секрети найщасливішої країни світу й по-
шуки хюґе – комфортного й безтурботного життя. Гелен Расселл від-
верто пише про плюси й мінуси країни, досліджуючи найдрібніші нюанси:
освіта і виховання дітей, баланс між роботою та дозвіллям, лібералізм
поглядів і сексизм, дизайн оселі, смачнющі булочки й навіть правила
підймання прапора. Ця історія надихає на те, щоб скористатися з чужо-
го успішного досвіду та змінити на краще світ і себе.

УДК 821.111-312.6/316

ISBN 978-966-942-828-8 (серія)

ISBN 978-966-942-940-7 (укр.)

ISBN 978-1-78578-023-3 (англ.)

© Helen Russell, 2015

© ТОВ «Видавництво “Віват”», ви-
дання українською мовою, 2019

ПРОЛОГ

Зміни в житті: проект «Щастя»

Усе розпочалося досить просто. Після кількох вихідних днів ми з чоловіком страждали від постсвяткового синдрому, що спричиняв депресію, і що було сили намагались повернутися до звичайного ритму життя. Над Лондоном нависали сірі хмари, мрячив дощ, тому все місто було на вигляд похмурим і якимось виснаженим – власне, як і я сама. «Але ждесь є інше життя...» – з такою думкою я щоранку долала дорогу до офісу. Не переставала я розмірковувати про це й за дванадцять годин, коли вузькими вуличками поверталась додому, де мала ще кілька годин додатково попрацювати, або коли йшла на захід, пов'язаний із моєю роботою. Я працювала журналісткою в глянцевому виданні й почувалась брехухою. Протягом усього дня я радила своїм читачкам, як гармонійно поєднувати кар'єру з особистим життям, як досягати успіху, зберігати душевну рівновагу та ясний розум, тримати себе в спортивній формі, стежити за модними

тенденціями та врешті-решт випромінювати радість. А сама досі сплачувала кредит за навчання, поглинала кофеїн шаленими дозами, аби бути в тонусі, та не могла заснути без келиха совіньйон-блан.

Недільними вечорами аж щеміло у грудях від згадки про те, що попереду робочий тиждень. Спокуса вимкнути будильник і поніжитися в теплому ліжечку щоранку наростала. Я працювала в індустрії моди та краси понад десять років. Аж ось такий парадокс: здобувши роботу, про яку так довго мріяла, я усвідомила, що стала не щасливішою, а більш заклопотаною. Мої прагнення немовби вислизали в мене з-перед носа: щойно я наближалась до мети – виникали нові завдання, які «накривали» мене з головою. Постійно зростав перелік життєвих пріоритетів – того, чого я потребувала, і того, що слід було зробити. Проте, на жаль, я не мала сили задовольняти такі шалені амбіції. Синдром хронічної втоми став моїм вірним супутником, а особисте життя видавалось невпорядкованим і розбитим. Я постійно хапалась за все й одразу, проте завжди почувалась так, неначе пасу задніх.

Мені було тридцять три роки – вік Ісуса Христа. Він, як відомо, на той час ходив по воді, зцілював прокажених і воскресив померлих. Зрештою надихнув послідовників, наклав прокляття на фігове дерево та зробив щось неймовірне з вином на весіллі. А що я? У мене була робота. Було житло. А ще чоловік і прекрасні друзі. І новий чотирилапий приятель – собака підозрілої породи, який, ми сподівались, додасть трохи замиської розслабленості нашому шаленому лондонському побуту. Загалом нормальне життя. Я навіть назвала б його гарним, якщо не зважати на головний біль, постійне безсоння, хронічний тонзиліт, який я не змогла вилікувати після місячного

курсу антибіотиків, і застуду раз на два тижні. Та це типове явище для багатьох, чи не так?

Попри все, скажений ритм міста давав приплив адреналіну. Коли працюєш у яскравій позитивній команді, сумувати не доводиться. Робочий день був розписаний буквально по хвиликах. Я жила в одному з дивовижних міст планети, а поряд були мої любі друзі. Та після дванадцяти років насиченого столичного життя, зокрема довгих місяців, проведених у Північному Лондоні, я раптом відчула нестачу сили.

Була ще одна причина. Упродовж двох років я оббивала пороги всіх лікарів; вони оглядали кожен сантиметр мого тіла, щодня робили гормональні ін'єкції, і з кожним місяцем мій душевний стан погіршувався. Ми з чоловіком намагались зачати дитину, однак у нас нічого не виходило. Коли в офісі починали збирати гроші на подарунок черговій колежанці, яка вирушала в декретну відпустку, на моїх очах бриніли сльози. Неможливо приховувати емоції щоразу, коли дивишся на дитячий комбінезон, у той час як все твоє ество пронизує думка про дитину й ти тричі на тиждень ходиш на процедури, щоб наблизитись до заповітної мрії. Знайомі стали жартувати: типу, варто поквартитись, бо я вже не така молода, мовляв, «мій поїзд поїде без мене». У відповідь я широко, просто до болю в щелепі широко посміхалась, але ледве стримувалась, аби не вдарити по обличчю й не закричати: «Відвали!» У зв'язку з проведенням процедур екстракорпорального запліднення (ЕКЗ) мені довелося змінити графік роботи, а також пожертвувати частиною вільного часу, щоб упоратися з усіма справами. Я мала пробувати далі, припинивши забагато думати, мала підтримувати той стиль життя, що, як здавалось, мені подобався. Я думала, що нам це потрібно. Чи не

щовечора чоловік повертався додому розлютований на цілий світ. Він проклинав усіх тупих водіїв і затори на дорогах, адже йому доводилось по півтори години добиратись на роботу й стільки само витратити на зворотний шлях. Тільки-но він переступав поріг нашого дому, одразу йшов до дивана і впадав у «телевізійну кому».

Мій чоловік серйозний, він блондин, у його зовнішності є щось від учителя фізики. У дитинстві його навіть запрошували знятися в рекламі молочного батончика «Milky Bar». Тоді в них не було телевізора, тож він до кінця не розумів, що ж воно *таке*, той «Milky Bar». Його батьки побачили оголошення в «The Guardian» і подумали, що це доволі непогана ідея. Урешті роль дістала інша дитина, альбінос, але той день мій чоловік запам'ятав назавжди: уперше в житті йому випала нагода погратися з приставкою «Nintendo», яку прихопив із собою інший сповнений надії хлопчик. До того ж йому дозволили з'їсти стільки шоколаду, скільки він забажає, а таке зазвичай суворо забороняють. Батьки мого чоловіка з недоволю ставилися до всіляких гаджетів і нових продуктів харчування, намагалися плекати в синові любов до класичної музики, відвідування музеїв і прогулянок на свіжому повітрі. Можу лише уявити собі, яким було їхнє розчарування, коли у вісім років він заявив, що його улюблена книжка – каталог інтернет-крамниці «Argos». Над цим «Євангелієм» він міг сидіти годинами, зачаровано вивчаючи електронні девайси й конструктори «Lego», про які він так мріяв. Батькам уже тоді слід було звернути увагу на це й зрозуміти, що їх очікує.

Він з'явився в моєму житті саме тоді, коли я майже попрощалася зі сподіванням на особисте щастя. Якщо точніше – 2008 року. Незадовго до цієї зустрічі мене покинув наречений просто на весіллі (чистісінька правда),

й останнє побачення, на яке я таки спромоглась піти, відбулося так: кавалер, котрий запросив мене, так захопився трансляцією футболу, що врешті замість ресторану просто замовив додому піцу «Domino's». Я сказала йому, щоб не «парився». Зізнаюсь, коли я познайомилася зі своїм майбутнім чоловіком і він сказав мені, що власноруч приготує вечерю, я не сподівалась на кулінарний шедевр. Та я помилялась: вечеря була дійсно смачна! Він приготував *страву в горщечках!* До того ж мій новий знайомий виявився розумним, добрим і приємним у спілкуванні. Коли я розповідала матері про нашу зустріч, вона була вражена.

– Такою нагодою варто скористатись, – сказала мені мама. – У нього є горщечки, і він знає, що з ними робити! Це неймовірна рідкість!

За три роки ми одружились. Він-бо постійно старався мене розсмішити, їв те, що я готувала, і не скаржився, коли я «нафарширувала» солодощами всю його оселю. Проте водночас він страх як мене дратував. Чи не щодня губив щось – то ключі, то гаманець, то телефон, а інколи взагалі все й одразу, був жахливо непунктуальним і мав дурнувату звичку: сидіти в туалеті по півгодини! («Ти там що, *ремонт робиш?!*» – обурювалась я.) Утім нам було добре разом. Ми змогли влаштувати спільне життя і, попри постійне відвідування лікарів, постійні хвилювання із цього приводу та фінансові проблеми наприкінці місяця (бо на початку місяця дехто забагато витрачав), ми кохали одне одного.

Я мріяла, що колись ми переїдемо жити за місто, будемо працювати, зустрічатись із друзями, їздити у відпустку, а потім вийдемо на пенсію. Уявляла себе британською Джессікою Флетчер, героїнею телесеріалу «Вона написала вбивство»: писатиму детективи та розкриватиму