

GÜTERS DIE  
LOHERVISION  
VERLAGSEINER  
HAUSNEUENWELT





Malene Rydahl

## **Glücklich wie ein Däne**

Die zehn Geheimnisse der  
zufriedensten Menschen der Welt

Übersetzt von Ingrid Glienke

GÜTERS DIE  
LOHERVISION  
VERLAGSEINER  
HAUSNEUENWELT





Für die Freiheit,  
ehrlich zu sich selbst zu sein  
und für den Mut,  
ein glückliches und sinnvolles  
Leben anzustreben

12.12.



## INHALT

---

### **EINLEITUNG**

Es war einmal ... 9

### **1. VERTRAUEN**

Wir vertrauen anderen Menschen –  
grundsätzlich 19

### **2. BILDUNG**

Jeder hat einen Platz in der Gesellschaft 30

### **3. FREIHEIT UND UNABHÄNGIGKEIT**

Jeder kann den eigenen Weg frei wählen 45

### **4. CHANCENGLEICHHEIT**

Jeder kann werden, was er oder sie möchte 54

### **5. REALISTISCHE ERWARTUNGEN UND REALISTISCHE TRÄUME**

61

### **6. SOLIDARITÄT UND RESPEKT**

Mir geht es gut, wenn es dir gutgeht 68

### **7. WORK-LIFE-BALANCE**

*Hygge*-Zeit als Lebensqualität 82

### **8. DAS VERHÄLTNIS ZUM GELD**

Zufriedenheit mit dem, was man hat 94

### **9. BESCHEIDENHEIT**

Wir sind alle gleich 105

### **10. GLEICHSTELLUNG DER GESCHLECHTER**

Freie Wahl der eigenen Rolle 115

**SCHLUSSBEMERKUNG** 129

**DANK** 145

**ANMERKUNGEN** 147





## EINLEITUNG

### Es war einmal ...

---

Es war einmal eine junge Dänin, die ein Buch über das Glück schreiben wollte. Während sie daran arbeitete, machte sie Ferien in Südfrankreich. Eines Tages lud man sie zu einem eleganten Abendessen in ein wunderbares Haus mit Meerblick ein. Die Gäste waren großartig, alles war perfekt, sie fühlte sich wie im Traum. Zum Aperitif wurden Champagner, edelste Weine und exotische Cocktails gereicht. Man plauderte über das Dolce Vita: über Reisen zu den schönsten Hotels der Welt, Diners in den besten und exklusivsten Restaurants, über Kultur und Kunst. Alles vom Feinsten – ein Leben, von dem jeder träumt. Danach wandte sich das Tischgespräch auch ihrem Buch *Glücklich wie ein Däne* zu. Die anderen Gäste waren irritiert. »Aber warum haben Sie dieses Thema gewählt? Für mich gibt es keinen ersichtlichen Grund, weshalb die Menschen in diesem Land so glücklich sein sollten!«, meinte ein Mann.

Die junge Frau versuchte zu erklären: Vertrauen spielt in Dänemark eine große Rolle, Vertrauen in den anderen und in die dänischen Institutionen. Dänen liegt das Gemeinwohl am Herzen. Das Erziehungssystem fördert die Persönlichkeit eines jeden Schülers individuell. Alle Bürger können ihren eigenen Weg frei wählen und sich ihr Leben einrichten. Man hält es für wichtiger, seinen persönlichen Platz im Leben zu finden, als der oder die Beste zu sein. In ihrem Land gehe es nicht vorrangig darum, eine Elite auszubilden, erklärte sie den anderen Gästen, sondern das Glück der gesamten Bevölkerung sei das Ziel. Dann machte die junge Frau wohl einen Fehler, denn sie fügte hinzu, dass die Finanzierung einer sol-

chen Gesellschaft hohe Steuern erfordere. Die Steuerlast sei die höchste auf der Welt und der Höchststeuersatz betrage fast 60 Prozent bei Einkommen ab 390.000 Kronen, also ca. 53.500 Euro.

An diesem Punkt unterbrach sie der Mann. »Wie grässlich, was für ein Alptraum!«, stieß er hervor. »Sie wollen uns doch nicht einreden, dass so ein System irgendjemanden glücklich macht. Keiner möchte für andere zahlen. Und überhaupt, ein Land ohne Elite hat keine Zukunft«, fuhr er fort.

»Ich schaue mir *Borgen* im Fernsehen an«,<sup>1</sup> mischte sich eine Frau ein, »und da gibt es nur unglückliche Leute. Was Sie da sagen, das hat weder Hand noch Fuß!«

Halt. Sprechen wir nicht länger von Märchen und von Dolce Vita: Kommen wir zur Sache.

Mir ist klar, dass das dänische Gesellschaftsmodell nicht jeden anspricht. Meine Motivation, dieses Buch zu schreiben, ist keineswegs, die Menschen von seiner Überlegenheit zu überzeugen. Mir geht es darum, meine Erfahrungen darzulegen. Ich wuchs im glücklichsten Land der Welt auf, aber damals war mir mein Glück nicht bewusst.

Seit man vor über vierzig Jahren begann, die Lebenszufriedenheit in den verschiedenen Ländern zu messen, ist bekannt, dass das dänische Gesellschaftsmodell die Menschen glücklich zu machen scheint.

Schon 1973, als mit dem sogenannten Eurobarometer eine der ersten europäischen Studien zu diesem Thema durchgeführt wurde, nahm Dänemark im internationalen Glücksranking durchweg eine Spitzenstellung ein. Im berühmten *World Happiness Report* von 2012, 2013 und 2016 steht das Land an erster Stelle.

Dieser Report gilt als »Bibel« der Vereinten Nationen für das Glücksniveau eines jeden Landes. Zum Vergleich: Italien erreichte 2016 den fünfzigsten Platz, Frankreich den zweiunddreißigsten, Großbritannien den dreiundzwanzigsten, die Vereinigten Staaten den dreizehnten, was die höchste Platzierung für ein so bevölkerungsreiches Land ist. Deutschland landete auf Platz 16. Außerdem stand Dänemark an erster Stelle im *Eurobarometer* von 2012, an erster Stelle im *Gallup World Poll* 2011 (ein weiterer renommierter Gradmesser für die Lebenszufriedenheit) und teilte sich mit Schweden und Finnland den ersten Rang in der *Europäischen Sozialstudie* von 2008. Eine eindrucksvolle Bilanz für ein kleines Land.

Gibt es dafür eine Erklärung? Warum ist dieses kleine Völkchen von ca. 5,6 Millionen Menschen so zufrieden? Schließlich ist Dänemark ein Land, dessen Bürger eher zur Bescheidenheit neigen, in dem es neun Monate im Jahr kalt ist und im Winter schon um 3 Uhr nachmittags dunkel wird. In dem es mehr Schweine (24 Millionen) als Menschen gibt. Ein Land, in dem die Steuerlast weltweit eine der höchsten ist. In dem der höchste Einkommenssteuersatz fast 60 Prozent beträgt, Autos mit 170 Prozent besteuert werden und sich die Mehrwertsteuer auf 25 Prozent beläuft.<sup>2</sup> Ziemlich merkwürdig, oder?

Fragt man die Dänen nach ihrem Status als glücklichste Nation, antworten sie oft: »Oh ja, davon habe ich gehört. Ich bin nicht sicher, ob es stimmt, aber man lebt auf jeden Fall gut hier.« Angeberei liegt Dänen nicht, und damit zu prahlen, die glücklichste Nation der Welt zu sein, käme ihnen schon gar nicht in den Sinn. Im Gegenteil gelten Bescheidenheit und Demut in Dänemark als grundlegende kulturelle Werte. Und ein Zuckerschlecken kann das Leben dort wohl auch nicht sein,

UNVERKÄUFLICHE LESEPROBE



Malene Rydahl

**Glücklich wie ein Däne**

Die 10 Geheimnisse der zufriedensten Menschen der Welt

Paperback, Klappenbroschur, 159 Seiten, 13,5 x 21,5 cm

ISBN: 978-3-579-08656-9

Gütersloher Verlagshaus

Erscheinungstermin: März 2017

»Mir geht es gut, wenn es dir gut geht – das ist ein Glücksrezept der Dänen.«  
(Malene Rydahl)

Warum sind gerade die Dänen eines der glücklichsten Völker der Welt? Menschen eines Landes, das viele Monate im Jahr kaum Sonne sieht und in dem die Einkommenssteuer fast 60 % beträgt. Welche Werte und Einstellungen liegen dieser positiven Lebensauffassung zugrunde? Und: Was können wir von den glücklichen Dänen lernen?

Witzig und kurzweilig, informativ und inspirierend berichtet Malene Rydahl vom dänischen Alltag und zeigt, wie das gesellschaftliche Leben in Dänemark funktioniert.

Mit Tipps, Hinweisen und persönlichen Geschichten weist die Autorin zehn verschiedene Wege, glücklich zu sein – zumindest so glücklich wie die Dänen.

 [Der Titel im Katalog](#)