

Weg-Wort vom 21. Juli 2022

Wir wünschen Ihnen einen guten und gesegneten Tag!
Die Seelsorger und Seelsorgerin der Bahnhofkirche

*Das Weg-Wort –
Werktagsgedanken aus der Bahnhofkirche Zürich*

Bahnhofkirche
Postfach, 8021 Zürich
Tel. 044 211 42 42
info@bahnhofkirche.ch
www.bahnhofkirche.ch
PC 87-330962-2

Hygge

Während meiner Ferien durfte ich einige Tage in der Hauptstadt Dänemarks verbringen und die kreative Architektur dort entdecken. Beeindruckt haben mich auch die Menschen in Kopenhagen, die mir mit erstaunlicher Entspannung und Freundlichkeit begegneten. «Irgendwas muss dran sein, dass Dänemark regelmässig ganz oben in der Liste der glücklichsten Länder der Welt aufgeführt wird», dachte ich mir.

Eines der Glücksrezepte dieser Menschen verbirgt sich wohl hinter dem kleinen dänischen Wort «Hygge». Es hat eine Reihe von Bedeutungen und lässt sich im Deutschen etwa mit Gemütlichkeit, Geborgenheit, Zufriedenheit oder entspanntes Beisammensein übersetzen. «Hygge» ist für die meisten Däninnen und Dänen eine prägende Einstellung, die viel Weisheit beinhaltet und von der wir so Manches lernen können. Drei Aspekte sind mir speziell aufgefallen; auf sie möchte ich aufmerksam machen:



Bild von Jill Wellington auf Pixabay

«Schaffe dir Orte, an denen dir wohl ist.» Auch wenn die Lebensumstände schwierig sind, können wir etwas tun, um Herz und Seele zu wärmen. Die Bräuche in den langen Winterabenden Skandinaviens sind Beispiele dafür.

«Teile die schönen Momente mit anderen.» Im Sommer sieht man viele Däninnen und Dänen draussen auf den Wiesen sitzen, miteinander picknicken und gemütlich plaudern. Kontakte zu pflegen ist ein Schlüssel für Glück.

«Nimm die Dinge nicht persönlich.» Seelenzufriedenheit ist kostbar. Sich nicht in den Strudel heftiger Emotionen hineinziehen zu lassen, sondern ihnen mit Gelassenheit, Freundlichkeit und Humor zu begegnen, bringt die Situation meistens rasch ins Lot und trägt zum friedlichen Miteinander bei.