

- Задля чого ми все це робимо, Семе?
- У світі є дещо хороше, містере Фродо, за що варто боротися.

Гемінгвей, як і Толкін, колись написав, що світ — це чудове місце, за яке треба боротися. Нині значно частіше можна помітити боротьбу, ніж оте дещо хороше або чудове. Легше помітити сіре небо, запнуте важкими хмарами, а от щоб побачити те добре, що існує в нашому світі, нам усім певною мірою треба стати Семвайзом Відважним (ну, може, хіба що з менш волохатими ногами).

Одна моя подруга Рита виросла в Латвії у радянські часи. Звичайно, це був не Мордор, але на той час цю країну сковували страх і недовіра. То була доба, коли вікна запинали щільними шторами, а в суспільстві панували підозра, дефіцит і скрута. Іноді із В'єтнаму привозили вантажівками банани, і тоді вся родина моєї подруги, не знаючи, коли наступного разу трапиться така нагода, купувала бананів стільки, скільки могла собі дозволити та скільки могли нести всі разом.

Потім гуртом чекали, поки банани достигнуть, бо їх продавали ще зеленими і не їстівними. Банани ставили в темне приміщення, аби ті швидше дозріли. Спостерігати за тим, як зелені плоди перетворюються на жовті, було справжнім дивом у світі, що всуціль був сірим.



У житті маленької Рити було лише три кольори: чорний, сірий і брунатний. Одного разу її тато вирішив це змінити й узяв її на пошуки скарбів по всьому місту: вони шукали в довкіллі барви, красу й добро.

Ця книга має таку саму мету: взяти читача на пошуки скарбів, спонукати знайти щастя й добро навколо нас, показати їх людям і поширити по всьому світу. Книги — це чудовий спосіб передавати думки. Моя попередня книга «Маленька книга хюгє» розповідала світу про данський спосіб бути щасливим щодня. Книга заохочувала читачів зосерeditися на простих задоволеннях у нашому повсякденні, і вже від першого дня виходу книги до мене надходила сила-силенна добрих відгуків з усіх кінців світу.

для німця — *Glück*, для француза — *bonheur*. І не важливо, як ви його назовете, бо захопливі розповіді на перервах у школі однаково запалюватимуть щасливі посмішки, де б ви не жили.

Декілька років тому я катався на лижах із друзями в Італії. Наприкінці дня ми насолоджувалися сонцем і кавою на балконі нашого будиночка. Тоді хтось із нас згадав, що в холодильнику ще лишилася піца. «Хіба це не щастя? Та це ж воно і є!» — вигукнув я. І так вважав не тільки я. Хоча ми і приїхали з різних країн: Данії, Індії, США — проте всі відчували, що ділити їжу з друзями, насолоджуватися теплом березневого сонця, споглядати красу засніжених гір — це і є те, що ми називаємо щастям. Народжені на різних континентах, виховані в різних культурах, ми розмовляли різними мовами, але відчували те саме — щастя.

У значно ширших наукових масштабах це якраз і є ті дані, які використовуються для визначення щастя. Що ж спільногомають щасливі люди? Які спільні показники щастя у людей із Данії, Індії та Америки? У сфері здоров'я ми проводимо подібні дослідження вже багато років: наприклад, які спільні показники здоров'я і життя у людей, яким от-от виповниться сто років? Завдяки таким дослідженням ми знаємо, що алкоголь, тютюн, фізичні навантаження та спосіб харчування впливають на тривалість життя.

В Інституті дослідження щастя ми застосовуємо ті самі методи для з'ясування, що є важливим для щастя, задоволення життям і високої якості життя.

А тепер дозвольте познайомити вас із містом, де розташований Інститут дослідження щастя, і столицею щастя — Копенгагеном.

ДАНІЯ: У ЧОМУ СУПЕРСИЛА ЩАСТЯ?

У Копенгагені четверта пополудні. Вулиці заповнені велосипедистами, люди полишають офіси, щоб забрати дітей зі школи.

Мами й тата, які перебувають в оплачуваній декретній відпустці, котять візочки з дітьми вздовж набережної. У чистих водах затоки купаються студенти. Вони безтурботні, бо не лише здобувають безкоштовну вищу освіту, а ще й кожного місяця уряд сплачує їм стипендію — 590 фунтів «чистими». У Данії все відбувається поволі та без метушні. Ну, гаразд, майже без метушні. Чотири роки тому один потяг приїхав на станцію призначення із п'ятихвилинною затримкою. Кожен пасажир отримав листа від прем'єр-міністра з вибаченням і як компенсацію — дизайнерський стілець на власний вибір.

Із такими заголовками, якими рясніють медіа впродовж останніх десяти років, неважко уявити Данію країною-утопією.