

ДАНИЯ

ДАТЧАНАЕ – САМЫЙ СЧАСТЛИВЫЙ НАРОД НА СВЕТЕ: ПРАВДА ИЛИ МИФ?

Датчане – самый счастливый народ в мире. Об этом твердят разнообразные рейтинги. Один из самых авторитетных – «Доклад о мировом счастье» («World Happiness Report»). Авторы рейтинга – экономисты из Колумбийского университета Джон Хеллиуэлл, Ричард Лэйард и Джеффри Сакс. Победные места распределились следующим образом: Дания, Финляндия, Норвегия. Швеция – на 7-м месте, США – на 11-м, Великобритания – на 18-м. «Самые несчастные» страны – Того и Бенин, которые замыкают список. Россия в перечне из 156 стран – 76-я.



Опора на воображение оптимизма датчан свидетельствуют также исследования Организации экономического сотрудничества и развития (ОЭСР), Института Гэллага и многих других, более или менее известных социологических агентств и служб. Например, в опросе ОЭСР, который проводился в 140 странах, средний показатель составил 62,4%, а в Дании – 90,1%.

В подобных опросах датчане бесспорно лидируют с 1973 года, и ученые всего мира безуспешно пытаются понять, в чем секрет датского счастья, выдвигая на этот счет всевозможные гипотезы и приходя к достаточно противоречивым выводам. Мягкий климат и здоровый образ жизни, крепкая экономика и щедрая социальная политика? Действительно, в стране – один из самых высоких в мире ВВП и один из самых низких показателей безработицы. С другой стороны, в Дании – относительно небольшая продолжительность жизни и высокие налоги, распростра-

няются алкоголизм и преступность, растет количество разводов и самоубийств. Особенного счастья, как будто, не наблюдается.

Эпидемиолог Кааре Кристенсен почти всерьез заявил, что удовлетворение датчан своей жизнью объясняется высоким потреблением алкоголя, а бывший главный редактор газеты «Политикен» Тегер Зейденфаден предполагал, что разгадка в том, что датчане едят больше всех в Европе сахара. Группа исследователей выдвинула версию, согласно которой победа над сборной Германии в чемпионате Европы по футболу в 1992 году вызвала в Дании национальную эйфорию, из которой ей не удалось выйти до сих пор.

Может быть, дело в том, что датчане не потеряли вкуса к простым удовольствиям? Ведь важнее всего для них – время, проведенное в семье, с близкими. «Счастье, – говорит Камилла Бек Хег, которая вернулась в Данию, прожив пять лет в Париже, – это приготовить вкусный ужин, зажечь

свечи и сесть за стол с друзьями. Или выпить горячий кофе у жаркого камина морозной зимой».

На улицах Копенгагена редко увидишь дорогую одежду или роскошную машину, зато здесь нет «голодных и рабов». Эксперты сходятся на том, что в Дании – одно из самых эгалитарных обществ в мире. При том что исследования показывают, что неравенство и порождаемая им атмосфера недоверия – важнейший фактор неудовлетворенности жизнью. Поэтому многие исследователи усматривают причину всеобщего счастья датчан в высокой степени взаимного доверия, которое нередко называют главной национальной ценностью.

В Дании – традиция равенства и доверия, которая не имеет аналогов нигде. Только здесь глава компании и привратник обращаются друг к другу по имени и «на ты». «В Дании люди потребляют относительно равные доли создаваемого ими богатства и верят друг другу, – пишет агентство Рейтер, – отмечая, что в других странах люди циничнее относятся как к властям и бизнесу, так и друг к другу».

«Трудно сказать, как возникло это доверие, – размышляет экономист Кристиан Бьернсков из Орхусского университета. – Скорее всего, оно сформировалось на протяжении многих поколений, начиная с эпохи викингов». Но и сегодня датские крестьяне оставляют на обочине проселочной дороги собранные ими ягоды, говорит он, и никому не приходит в голову полакомиться ими, не оставив, в свою очередь, деньги. По словам исследователя, потомки скандинавов, эмигрировавших в США в XIX веке, и в наши дни – самые доверчивые и одновременно самые достойные доверия американцы. В ходе нынешнего экономического кризиса Дания стала одной из первых стран, которая объявила о неограниченных гарантиях банковских депозитов, напоминает Бьорнсков.

«Датчане не считают государство своим врагом», – утверждает, в свою очередь, социолог

Петер Гунделак, допуская, что этому способствует небольшой размер страны и однородность её населения. Во всяком случае, датчане исправно платят самые высокие в Европе налоги, будучи убеждены, что это служит их благу.

Предлагается также историческое объяснение: Дания, которая когда-то была северной империей, в 1864 году вступила в войну с Пруссией и Австрией и потерпела сокрушительное поражение. Отброшенные экономически и морально далеко назад датчане ценой неимоверного усилия сумели возродить страну, однако в национальном самосознании осталась глубокая травма. С тех пор, вынужденные приспособиться к новой ситуации, они не ставят завышенных целей, не питают чрезмерных надежд и научились радоваться мелочам. Таким образом, датское счастье – это лишь своего рода самовнушение. «Если датчане – самые счастливые, – говорит Петер Гунделак, – то это потому, что у них меньше ожиданий, чем у других, а значит, – меньше и разочарований».

Джон Хеллиуэлл, например, убежден, что пение хором и общий смех на нередких вечеринках представляют собой важнейший источник ощущения счастья для датчан. Поэтому нескончаемые тосты и песни на датских свадьбах, конфирмациях и днях рождения, которые с трудом выносят иностранцы, по его мнению, представляют собой коллективную терапию в борьбе за счастье.

Если учесть сдержанность датчан и их привычку никогда и ни на что не жаловаться, то станет ясно, что они готовы к неприятностям, в общем-то не ждут от будущего подарков и даже вроде бы немного удивляются, что всё идет хорошо. Это хорошо видно по газетным заголовкам типа «Мы самые счастливые – пока». Таким образом, датчане, как будто, подтверждают даосскую мудрость древнего китайского философа Чжуан-цзы, который изрек: «Счастье – это отсутствие стремления к счастью».

Начав разбирать датское счастье по косточкам, ученые совершили немало интересных открытий. Выяснилось, например, что оно подвержено сезонным колебаниям: зимой датчане, как будто, перестают быть самым счастливым народом мира. Дело в том, что мрачные и тоскливые зимние дни для многих из них оборачиваются депрессией, или синдромом Сезонного аффективного расстройства (SAD). По данным Датского фонда психиатрии, около 200 тысяч датчан стра-

дают хронической депрессией и примерно 15% населения, то есть каждый седьмой, пережили депрессию, по крайней мере, один раз в жизни.

SAD определяют в Дании как «эпизоды депрессии, происходящие в определенное время года, обычно зимой». Считается, что ее риск особенно велик в северных странах с долгими зимними ночами. Среди симптомов – плохое настроение, усталость, стресс, а также ощущение беспомощности и безнадежности.

Психолог Мартин Морсинг утверждает, что, если к «зимней тоске» отнестись без должного внимания, она легко может перерасти в настоящую депрессию, требующую серьезного лечения у психиатра. «Особенную опасность синдром представляет для пожилых людей, – добавляет психотерапевт Сарика Стафлунд. – Ведь они реже выходят из дома, а одиночество способствует депрессии».

В критической стадии депрессия может подтолкнуть к самоубийству. Исследование, проведенное сотрудниками Центра по изучению суицида из города Оденсе, показало, что количество самоубийств в Дании увеличивается на 2% в октябре-ноябре и в апреле-мае. «Изменения в продолжительности светового дня – наиболее вероятное объяснение сезонных колебаний в суицидальном поведении», – указывается в докладе центра.

Казалось бы, можно понять, что начало зимы действует на депрессивных людей угнетающе, но почему тогда число самоубийств возрастает и в преддверии солнечного лета? «Осенью из-за общего нервного истощения им не хватает инициативы, – объясняет сотрудник центра Берге Йенсен. – Весной же, мрачные мысли их еще не покинули, а энергии для рокового шага уже достаточно».

Суициду могут способствовать также особые погодные условия. «В холодное время года происходит больше самоубийств, когда стоит ту-

ман или идет дождь, и меньше – во время настоящей зимы с морозом и метелью», – добавляет Берге Йенсен.

Зимняя депрессия – давний недруг датчан, и они знают, как с ней нужно бороться. Испытанный прием – застолье в кругу друзей при свечах. Любопытно, что профессионалы подтверждают эффективность этого «народного средства». А доказательством снова служит статистика: датчане покупают свечей на душу населения больше, чем любой другой народ мира.

Все же Мартин Морсинг рекомендует пациентам, страдающим синдромом SAD и депрессией, также и светотерапию с использованием специальных ламп, имитирующих солнечный свет. 20-30 минут в день под такой лампой, по его



мнению, могут смягчить симптомы депрессии. «Но, конечно, ничто не может заменить настоящего солнца, – говорит он. – Поэтому будьте активны и занимайтесь спортом хотя бы в те немногие часы, пока оно в небе».

Американский исследователь Барри Уайтхед изучил 30 случаев SAD в 17 странах и выяснил, что чаще, чем в Дании, синдром встречается только в северных районах США и в России. Если мировой средний показатель SAD составляет 5,77, то в Дании он достигает 12,4. В результате и показатели счастья, полученные у датчан во время опро-

сов, которые проводились зимой, заметно ниже летних цифр.

С другой стороны взглянул на проблему канадский ученый Джон Хеллиуэлл. Он подметил, что при оценке жизни в целом, исходя из таких критериев, как уровень доходов, отсутствие коррупции или чувство свободы, Дания неизменно выходит в лидеры. Когда, однако, датчан спрашивают: «Много ли вы улыбались или смеялись вчера?», то их рейтинг выглядит значительно скромнее.

Таким образом, ученые пришли к выводу, что возможны, по крайней мере, два определения счастья. Одно из них связано с общим чувством благополучия, а другое – с конкретными мгновениями радости. Если первое

определение больше зависит от личных доходов и богатства страны, в которой живет человек, то второе – от удовлетворения его личных психологических и социальных потребностей.

Созданная во Франции в 2008 году комиссия во главе с лауреатом Нобелевской премии, экономистом Йозефом Стиглицем обнаружила, что «существует большая разница между такими социально-экономическими показателями, как рост, инфляция, безработица, и распространенным психологически-эмоциональным восприятием этих реалий». Исследования привели, в частности, к по-

явлению двух различных социально-экономических показателей: уровень жизни и качество жизни.

Хотя показатель ВВП на душу населения в США – самый высокий в мире, эта держава заняла лишь 16-е место в классификации общего благосостояния и 26-е в рейтинге, основанном на учете радостных моментов в жизни. Поэтому газета «Крисчен Сайенс Монитор» не без грусти констатировала, что Соединенные Штаты, может быть, – самая богатая страна в мире, однако американцы далеко не самые счастливые на свете. Джеффри Сакс утверждает, что счастье народа не связано с экономическим развитием страны. «США непрерывно развивались экономически с 1960-х годов,

однако показатели счастья за это время не изменились», – аргументирует он. По мнению ученого, социальные отношения и здоровье значительно более важны для счастья страны, чем экономический рост.

«Конечно, богатство дает чувство общего удовлетворения жизнью, однако оно не столь сильно влияет на оценку вашей жизни, как принято считать», – вторит исследователь из Иллинойского университета Эд Динер, принимавший участие в исследовании

Института Гэллага. Ученый подчеркивает важную роль социальных отношений, приводя в пример Коста-Рику, жители которой, несмотря на сравнительно небольшие доходы, вполне счастливы. «Позитивные чувства обычно появляются, когда тебя уважают, когда ты независим и занимаешься любимым делом, – резюмирует Динер. – В конечном итоге, единого рецепта счастья не существует».

Счастье не купишь – таков и общий вывод исследования Института Гэллага, опубликованного американским «Journal of Personality and Social Psychology». Толстый кошелек, конечно, усиливает впечатление удовлетворительной жизни, однако

высокие доходы не гарантируют радости жизни и положительных чувств. Поэтому исследователи Института Гэллага, например, теперь составляют два разных рейтинга. Самыми счастливыми в первой категории оказались жители Дании, а во второй – Новой Зеландии (по ВВП на душу населения Дания занимает 31-е место, а Новая Зеландия – 51-е).

Между тем, благостная картинка северного королевства побуждает, например, недоверчивых журналистов задаваться вопросом: а действительно ли датчане так счастливы, как они заверяют? Многие напоминают о склонности датских правительств к весьма настойчивому пиару: не секрет, что страна тратит значительные средства для улучшения имиджа Дании за рубежом.

Для многих датчан декларации об их непрекращающемся счастье являются «патриотическим долгом», признаёт писатель Карстен Енсен, который упоминает в этой связи также об «идиллическом образе берегущей себя страны, которая должна любой ценой защититься от внешнего мира». С ним согласен и социолог Петер Гунделак: «Многие чувствовали бы себя изменниками родины, если утверждали бы обратное».

Многолетнее чемпионство в области счастья, похоже, набило оскомину даже самим датчанам, многие из которых реагируют на упоминание о нем скептической или раздраженной усмешкой.

«Жители страны, хотя и тоскуют немного зимой, но в целом довольны своей жизнью, хотя, может быть, они и не такие оптимисты, как хотели бы казаться всему миру, – резюмирует один из авторов страноведческой книги “Эти странные датчане” Хелен Дюрбю. – А каковы они за закрытыми дверями?».

«Как и все скандинавы, датчане широко пользуются “Прозаком” (медикамент-антидепрессант), и среди них высок уровень самоубийств, – констатирует писатель Ларс Андреас Педерсен. – Это не похоже на счастье». И делает вывод: «Датчане, если не счастливы, то довольны».

Многие сводят проблему к лингвистическому недоразумению, утверждая, что датчане



попросту используют слово «счастливый», когда хотят сказать «довольный» или «удовлетворенный». Действительно, датское слово «хюгге» (hygge), которое трудно перевести на иностранный язык, означает, скорее, ощущение комфорта, уюта, довольства, возникающее, как правило, во время застолья в кругу близких людей.

Последний вывод похож на правду, особенно учитывая, что не усложняющие жизни, достаточно приземленные датчане скептически относятся к высокопарным словам и понятиям, предпочитая конкретные, осязаемые вещи, и, скорее всего, посмеиваются над ломающими голову над тонкостями их в общем-то простого и даже спартанского образа жизни чрезмерно любопытными чужеземцами.

В свою очередь, не остаются в долгу и иностранцы, которые долго живут в Дании и хорошо изучили загадочную датскую душу. Так, проведший в Копенгагене более трех десятилетий англичанин Фрэнк Тикстон, не мудрствуя лукаво, называет пресловутое датское счастье «самодовольством». «Откройте к миру, признайтесь, что вы не совершенны, и вы увидите, сколько подлинного счастья это вам принесет», – обращается он к датчанам в газете «Копенгаген пост».

У каждого – свое счастье, которое нельзя обменять на чужое. У всех – свои успехи и свои несчастья, всем есть чему радоваться и к чему стремиться. Просто каждый делает это по-своему.

Николай Морозов,
шеф бюро ИТАР-ТАСС в Дании,
специально для «Янтарного моста»

ВОДА «BALTEZERS» – СТО ЛЕТ ИСТОРИИ И КАЧЕСТВА

Компания «Baltezera avoti» производит уникальный продукт — питьевую воду «Baltezers», история и качество которой насчитывает более ста лет. Питьевая вода «Baltezers» была открыта в 1898 году. Она добывается из артезианских скважин, является экологически чистой и полезной для здоровья. Вода из этого района водозабора на выставке в Вене ещё в 1904 году вышла на второе место в Европе по качеству и лишь немного уступала венской воде, стекающей с Альпийских гор. Источники питьевой воды «Baltezers» находятся на территории лесного массива площадью 20 кв. км. Данная территория на протяжении более ста лет охраняется государством и является санитарно-заповедной зоной, что исключает ведение какой-либо хозяйственной деятельности в районе водозабора.

По всем компонентам вода «Baltezers» превосходит имеющиеся аналоги питьевой воды других производителей. У вас есть возможность продегустировать и оценить вкусовые качества воды «Baltezers», входящей в десятку лучших вод мира.

Мы предлагаем вам удобные бутылки емкостью 18,9 литра, изготовленные из поликарбоната, а также 5-, 2- и 0,5-литровые бутылки. У нас имеется широкий выбор дополнительного оборудования для удобного потребления воды. Есть возможность взять оборудование в аренду или приобрести его. Доставка воды к вам домой или в офис производится бесплатно. Если вы позвоните и закажете воду до 9.00, то вы получите её в тот же день.

SIA «BALTEZERA AVOTI»

Cēsu iela 31, Rīga. www.baltezeraavoti.lv

Заказ по телефонам: **67014321, 67014304, моб. 29354027**

Факс: **67014322**. Электронная почта: **info@baltezeraavoti.lv**

