



Silke Brandes

Happy me Wohlfühlideen für den Alltag

★★★★

Illustriert von Lydia Keßner

moses 2018 · 100 S. · 14.95 · 978-3-89777-992-1

Das dänische Konzept des Hygge ist Trend, vielleicht gerade deswegen, weil es sich so schwer in konkrete Worte fassen lässt. Viele Dinge können Hygge sein, solange sie gemütlich sind und glücklich machen, sagt dieses Buch, und versucht gar nicht erst, Hygge in eine klare Definition zu zwingen. Stattdessen nimmt es sich 100 Seiten Platz, um Ideen und Anstöße zu liefern, die dich in Richtung Gemütlichkeit bringen.

Das Buch ist gewollt simpel und minimalistisch gehalten. Jede Doppelseite hat ein Thema oder stellt eine Idee zum Mitmachen vor und ist stimmungsvoll und farbenfroh illustriert. Die Idee selbst ist manchmal ein Sprichwort oder Zitat, und manchmal auch nur eine Lebensweisheit wie „Kakao mit Sahne geht immer“, dem ich nur zustimmen kann, oder „Trau dich – sei offline“. Manchmal gibt es Rezepte wie für Eis oder Brotteig, manchmal findet man Listen zum Ausfüllen. Im Prinzip aber eignet sich jede Doppelseite dazu, um selbst etwas zu gestalten und eigene Ideen zu generieren, weil ordentlich Platz freigelassen wird.



Für große Begeisterung hat bei mir gesorgt, dass es hinten im Buch mehrere Bögen Aufkleber und Geschenkanhänger gibt, alle in dem einfachen Stil gehalten. Die Aufkleber werden zum Teil von den Sprüchen aus dem Buch und zum Teil von den tollen Illustrationen geziert und sind alle groß genug, um zum Hingucker zu werden.



Besser fände ich aber, wenn das Buch nach Jahreszeiten sortiert oder in der groben Richtung warmes zu kaltem Wetter angeordnet wäre, vielleicht auch umgekehrt. Es will Gemütlichkeit durch eine Art kreatives Chaos definieren, was gut gelingt – aber es hätte mir besser gefallen, wenn es eine thematische Anordnung hätte und man nicht auf einer Seite Lust auf Winter kriegt und drei Seiten später wieder Lust auf Sommerurlaub am See.

Die Grundidee finde ich aber super und das Buch schafft es, eine Atmosphäre der Gemütlichkeit zu erzeugen, indem man einfach nur durchblättert, Eindrücke sammelt und Pläne schmiedet. Teilweise finde ich die benutzten Sprüche etwas zu undefiniert, als dass ich etwas Konkretes damit anfangen könnte, und manchmal sind sie auch etwas banal, denn wie oft bekommt man jeden Tag gesagt, man soll doch mal offline gehen?



Die schönen Illustrationen, die Rezepte und die pure Entspannung, die beim Durchblättern entsteht, machen das Buch aber zu einem Schatz für Leute, die ihr Leben hyggelig gestalten wollen, und die bereit sind, ihre eigenen Vorstellungen mitzubringen und die einfach gehaltenen Anstöße im Buch auszuschmücken, denn eine Liste wie „10 Schritte zu mehr Gemütlichkeit“ würde schließlich gegen die Grundregeln der dänischen Gemütlichkeit verstoßen.