

25.11.2022 um 17:45 Uhr

hr4 ÜBRIGENS



Ein Beitrag von

Jessica Hamm,

Evangelische Pfarrerin, Breithardt

Hygge

Hygge ist in den letzten Jahren eines meiner Lieblingswörter geworden. Hygge ist Dänisch und lässt sich nicht eins zu eins ins Deutsche übersetzen. Es beschreibt ein Gefühl, so etwas wie Gemütlichkeit, Glück und Wohlbefinden. Manche sagen, Hygge ist erreicht, wenn man sich gerade an diesem Moment erfreut. Es gibt keinerlei Störfaktoren. Man fühlt sich rundum wohl.

Dänisch für Gemütlichkeit und Glück

Das ist natürlich für jeden Menschen anders. Ich erlebe dieses Hygge-Gefühl zum Beispiel, wenn ich Zeit habe und mit meiner Schwester einen entspannten Shopping-Tag mache. Wir reden und erzählen uns das Neueste. Wir streifen durch die Geschäfte. Wenn ich mir zum Schluss eine Zimtschnecke kaufe und hineinbeiße, dann ist Hygge da. Ein Moment, in dem alles stimmt und nichts mir Sorgen macht.

Sorge nicht

Jesus hat einmal gesagt: "Sorgt euch nicht! Gott sorgt für euch." (Matthäusevangelium 6, 25 ff.) Dieses Vertrauen gelingt mir nicht immer. Und es gibt zurzeit ja auch viele Gründe, sich Sorgen zu machen. Umso wichtiger und schöner sind diese Momente von Sorglosigkeit, wenn der Tag erfüllt ist mit guten Gesprächen und Lachen.

Den guten Moment feiern und genießen

Dann stellt sich das Gefühl ein: Ich muss mir nicht darüber den Kopf zerbrechen, was morgen

kommt. Alles ist gut, so wie es jetzt gerade ist. Ich beiße genüsslich in meine Zimtschnecke und denke: Hygge!