

Das Gras ist immer grüner auf der anderen Seite und die Lifestylereisen kommen immer aus dem Ausland. Vorzugsweise aus dem Norden. Könnte man meinen. Denn nachdem eine Welle des dänischen Lebensgefühls *hygge* Deutschland überrollt hat und anschließend versucht wurde, das schwedische *lagom* hier zu vermarkten, steht nun das finnische *Sisu* vor der Tür.



Kein Eislochbad ohne Sisu. (Foto Visit Lakeland, CC BY-ND 2.0)

## **Hygge, Lagom, Hä?**

Die Länder im Norden Europas sind ein Sehnsuchtsziel geworden. Denn nach dem Bild des suizidalen Alkoholabhängigen, der ein halbes Jahr im Dunkeln sitzt, hat sich ein anderes Bild in den Medien und der Wahrnehmung vieler nach vorne geschoben. Regelmäßig

belegen die Länder des Nordens die vordersten Plätze beim Glücklichen sein. Die Gleichstellung von Mann und Frau gelingt dort besser. Die Kinder schneiden bei den PISA-Studien besser ab. Bargeldloses Bezahlen und digitaler Staat sind weiter als bei uns. Und das Design, von Einrichtung bis hin zur Kleidung, ist schicker.

Dass somit nach Möbeln, Kleidung und Literatur nun ganze Lebensstile nach Deutschland exportiert werden, verwundert nicht. Denn wir alle könnten ein wenig glücklicher sein, nicht wahr?

Dabei sind es mit ein wenig Abstand fast Banalitäten, die wir uns von unseren nordischen Nachbarn anschauen. Dass Treffen mit Freunden gut tun, ein paar mehr Kerzen es gemütlich machen und ein selbstgebackener Kuchen befriedigender ist als ein selbst ausgepackter, darauf hätten wir doch auch kommen können? Aber es brauchte die dänische Hygge-Welle, um das in die Welt zu tragen und endlich eine Ausrede für Kerzenhamsterkäufe bei IKEA zu haben.

Oder die kleinere Lagom-Welle aus Schweden: Stark zusammengekürzt kann man es als Prinzip beschreiben, nicht zu viel und nicht zu wenig zu machen. Lagom sind die 80 Prozent, die voll ausreichen, statt bei 120% zu verbrennen. Sei es im Beruf, beim Essen, beim Konsum. Das ist so richtig wie profan.

## **Und was ist Sisu?**

Nun steht also Sisu als neuer „Skandi-Lifestyletrend“ vor der Tür unseres zu 80 Prozent gemütlichen Lebens: Das erste Buch „Sisu - Der finnische Weg zu Mut, Ausdauer und Stärke“ von Katja Pantzer erscheint im April auf Deutsch.

Sisu gehört zur finnischen Identitätsdreifaltigkeit aus Sisu, Sauna, Mitternachtssonne, und wird als DIE finnische Lebenseinstellung verstanden. Ursprünglich negativ konnotiert, bekam Sisu im Laufe der Jahre eine positive Bedeutung. Es steht nun für eine Mischung aus Ausdauer, Beharrlichkeit, Kraft und dem Verlassen seiner Komfortzone.

Es steht dafür, im Winter, wenn es kalt ist, dennoch rauszugehen und in einem Eisloch zu baden. Es steht für das Durchhalten, wenn man bei einem Plan erste Rückschläge zu verbuchen hat. Der Finne wirft nicht die Flinte ins Korn, der Finne hat Sisu und macht weiter. Auch wenn es an die körperlichen Grenzen geht. Kein Wunder, dass unter anderem ein finnischer Lastkraftwagenhersteller Sisu heißt.

Ob Sisu tatsächlich eine solche Resonanz erfahren wird, wie hygge es tat, wird sich zeigen. Denn bei aller Selbstoptimierung ist das Anzünden von mehr Kerzen so viel leichter als etwas Schwieriges zu Ende zu führen.

Ich für meinen Teil, werde meine 80 prozentige Komfortzone jetzt verlassen und den Müll trotz Wind und Wetter rausbringen. Wie ein echter Finne.

Nähdään!

*Die Schlimme Helena*