

کتاب کوچک هوگا

رازهای دانمارکی خوشحال زیستن

www.ketab.ir

مایک وایکینگ
مترجم: ملیحه فخاری



عنوان: کتاب کوچک هوگا (رازهای دانمارکی خوشحال زیستن)

نویسنده: مایک وایکینگ

مترجم: ملیحه فخاری

ناشر: انتشارات کتاب مجازی

قیمت: ۱۰۰ هزار تومان

نوبت چاپ: چاپ پنجم، اسفند ۱۴۰۰

تیراژ: ۱۱۰۰ جلد

شابک: ۹۷۸-۶۲۲-۹۸۰۱۰۰۰۰۰



سرشناسه: وایکینگ، مایک Wiking, Meik
عنوان و نام پدیدآور: کتاب کوچک هوگا/ مایک وایکینگ؛ مترجم ملیحه فخاری.
مشخصات نشر: تهران: کتاب مجازی، ۱۴۰۰.
مشخصات ظاهری: ۲۳۲ ص:، ۱۱×۱۷ س.م.
شابک: ۹۷۸-۶۲۲-۹۸۰۱۰۰۰۰۰

وضعیت فهرست نویسی: فیبا
یادداشت: عنوان اصلی: 2016. The little book of hygge : the Danish way to live well
عنوان دیگر: کتاب کوچک هوگا؛ شادزیستن دانمارکی.
موضوع: خودسازی

موضوع: Self-actualization (Psychology)، راه و رسم زندگی، Conduct of life،
شادی، Cheerfulness، خوشبختی -- دانمارک Happiness -- Denmark
شناسه افزوده: فخاری، ملیحه، ۱۳۶۸-، مترجم

رده بندی کنگره: BF۳۶۷

رده بندی دیویی: ۱۵۸/۱

شماره کتابشناسی ملی: ۸۴۱۷۷۲۵

فهرست

پیشگفتار مترجم
کلیدی به سوی خوش حالی؟

نور
لازمه که درباره‌ی هوگا حرف بزنیم

با هم بودن
غذا و نوشیدنی

پوشاک

خونه

هوگا در بیرون از خانه

هوگا در تمام طول سال

هوگای ارزان قیمت

تور هوگا در کپنهاگ

کریسمس

هوگای تابستون

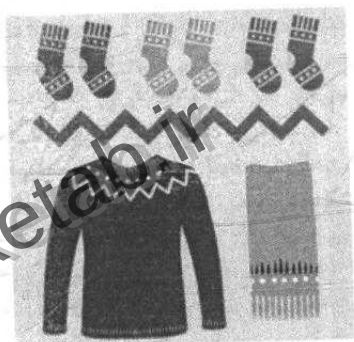
پنج وجه هوگا

هوگا و خوش حالی

تقدیر و تشکر

پیشگفتار

هوگا؟ هیوگا؟ هوگه؟ اصلا مهم نیست چه تلفظ یا حتا چه هجّی ای رو برای هوگا انتخاب می‌کنین. یه زمانی از یکی از بزرگترین فلاسفه‌ی معاصر، جناب وینی-د-پو، پرسیدن: فلان حس بخصوص چه‌طور هجّی می‌شه، ایشون در جمله‌ای بفرگفتن «هجّی‌ش نکنین، احساس‌ش کنین».



بگذریم که هجّی و تلفظ هوگا قسمت آسون ماجراست. همه‌ی دردسرا، سر توضیح دقیق ماهیت‌شه. هوگا رو از "هنر

صمیمی شدن"، "فراغت روح" و "فقدان رنجش" تا "لذت بردن از چیزهای آرامش‌بخش" و "دورهمی‌های گرم و صمیمانه" معنی کردن؛ اما معنای مورد علاقه‌ی خود من از این واژه، "شیرکاکائو کنار نور شمع"‌ه.

خب، هوگا بیشتر از این‌که راجع به اشیا باشه، درباره‌ی حال و هوا و تجربه است. درباره‌ی بودن با آدم‌هایی که دوستشون داریم. احساس گرما و آرامشی از جنس خونه. احساس امنیت، این‌که در برابر زمین و زمان در امانیم و می‌تونیم سپرمون رو در برابر حوادث کنار بذاریم. ممکنه شما از یه مکالمه‌ی تموم نشدنی درباره‌ی مسائل ریز و درشت زندگی لذت ببرین- یا نه، از هم‌نشینی با دیگران بدون این‌که کلامی

۱- از شخصیت‌های داستانی و انیمیشنی معروف. انقدر معروف که فکر کنم اصلا لازم نبود پاورقی بزنم. توی ایران با اسم "پو خرسه" هم معروفه.

رد و بدل بشه احساس آرامش کنین- یا خیلی ساده نوشیدن یه فنجان چای وقتی تنها هستین بهتون مزه بده.

یه سال، درست قبل کریسمس، تعطیلات رو با چندتا از دوستانم توی یه کلبه‌ی قدیمی گذروندم. کوتاه‌ترین روز سال بود و برف مثل یه لحاف سفید دور تا دورمون رو پوشونده بود. حول و حوش ساعت چهار بود که خورشید غروب کرد و تا هفده ساعت دیگه نمی‌تونستیم دوباره ببینیمش، برای همین رفتیم تو تا آتیش رو روشن کنیم.

بعد از یه پیاده‌گردی مفصل، همگی خسته، کوفته و نیمه‌خواب بودیم؛ جوراب‌های پشمی و ژاکت‌های کت‌وکلفت تنمون بود و نیم‌دایره‌ای کنار شومینه نشستیم. تنها صداهایی که می‌شنیدیم صدای قل‌قل سوپ، ترق‌تروق آتیش و هورت کشیدن یه گرم‌نوش معطر بود. یه دفعه یکی از دوستانم سکوت رو شکست. «یعنی از این هوگاتر هم می‌شد؟» سوالش طوری نبود که جواب بخواد.^۱ چند لحظه بعد یکی از خانما گفت: «آره، اگه بیرون طوفان و بوران بود.» همه‌مون سرمون رو تکیه دادیم.

www.ketab.ir

۱- منظورش استفهام انکاری یا سوال بلاغیه. شاید با خودتون بگین آدم حسابی! این رو تو متن می‌آوردی، جمله‌ی بالا رو تو پاورقی. کاملاً درسته، اصل بر اینه که عبارت توضیحی تو پاورقی بیاد اما خب، یه لحظه خودتون استفهام انکاری رو بذارین تو جمله‌ی بالا، اصلاً به بافت جمله نمی‌خوره. مرسی بابت دقتی که به متن دارین. م.