

Das Geheimnis des nordischen Glücks...

#Lagom



MagicOfTheNorth
.com

The secret of nordic happiness...

#Lagom

Midsummer Special

„Lagom“ – eine schwedische Lebenseinstellung. Schweden schweigen lieber, bevor sie offen Kritik aussprechen und auch mit Komplimenten sind sie sparsam. Schweden sind auch nicht sonderlich kontaktfreudig, sondern pflegen lieber einen kleinen, engen Freundeskreis. Schweden sind auch eher zurückhaltend und geben nicht so viel an. Im Restaurant zahlt jeder selbst, sogar bei langjährigen Paaren ist dies üblich. Aber was verbirgt sich dahinter?

"Lagom" - a Swedish way of life. Swedes prefer to remain silent before openly expressing criticism and they are also sparing with compliments. Swedes are also not particularly sociable, they prefer to maintain a small, close circle of friends, Swedes are also more cautious and do not give so much. In the restaurant, everyone pays themselves, even with long-term couples this is common. But what does that mean?



10 Fakten über Lagom

- **Lagom** ist ein Wort aus dem Schwedischen, für das es keine direkte Übersetzung ins Deutsche gibt. Auch im Norwegischen wird das Wort genutzt.
- **Lagom** wird „LAH-GOM“ gesprochen.
- **Lagom** bedeutet so viel wie, „gerade richtig“, „nicht zu viel & nicht zu wenig“ – Lagom gilt als Mittelweg und Ausgewogenheit.



Midsummer Special

- **Lagom** steht für ein bewusstes, nachhaltiges Leben – das was ich habe, macht mich glücklich, mehr brauche ich nicht.
- **Lagom** ist ein besonnener Umgang – gemünzt auf alle Lebensbereiche (Finanzen, zwischenmenschliche Beziehungen, Umwelt, Ernährung und sich selbst) – der zum Glück führen kann
- **Lagom** wendet sich gegen jede Form von Exzess oder Übertreibung.
- **Lagom** soll dabei unterstützen Harmonie und ein inneres Gleichgewicht zu finden.
- **Lagom** umfasst Sparsamkeit bei Geld-, Wasser- & Energieverbrauch, nachhaltig produzierte Produkte und einen gesünderen und bewussteren Lebenswandel.
- **Lagom** kann der Legende nach auf die Wikinger zurückgeführt werden, die einen großen Krug Met in ihrer Runde kreisen ließen, damit jeder gleichberechtigt einen Schluck nehmen konnte.
- **Lagom** ist auch als Wohntrend verbreitet. Es gilt mit nicht zu viel, aber auch nicht zu wenig zu wohnen. Dies bezieht sich sowohl auf Möbel, als auch auf Deko und Accessoires oder Farben. Ruhige, neutrale Töne sind unaufgeregt und langlebig, Materialien wie Holz und Wolle sind natürlich und nachhaltig. Viel Licht soll vorallem im dunklen Winter für eine Wohlfühlatmosphäre sorgen.

„Lagom“

„A wise person does all things in moderation.“

(Gisli Sursson´s saga)

Midsummer Special



MagicOfTheNorth
.com

10 facts about Lagom

- **Lagom** is a Swedish word for which there is no direct translation into German. The word is also used in Norwegian.
- **Lagom** is pronounced "LAH-GOM".
- **Lagom** means something like, "just right", "not too much & not too little" - Lagom is considered a middle ground and balance.
- **Lagom** stands for a conscious, sustainable life - what I have makes me happy, I don't need anything else.
- **Lagom** is a level-headed approach - applied to all areas of life (finances, interpersonal relationships, the environment, nutrition and yourself) - that can lead to happiness
- **Lagom** opposes any form of excess or exaggeration.
- **Lagom** should support you to find harmony and an inner balance.
- **Lagom** includes saving money, water and energy, sustainably produced products and a healthier and more conscious lifestyle.
- According to legend, **Lagom** can be traced back to the Vikings, who let a large pitcher of mead circle around them so that everyone could take a sip on an equal footing.
- **Lagom** is also widespread as a living trend. It is important not to live too much, but also not too little. This applies to furniture as well as decoration and accessories or colors. Calm, neutral tones are calm and durable, materials such as wood and wool are natural and sustainable. Lots of light should ensure a feel-good atmosphere, especially in the dark winter.

Quellen/Sources:

The Scandinavian Guide To Happiness, Balanced Living with Fika, Lagom, Hygge and more by Tim Rayborn, Whalen Book Works LLC, 2021

Lagom löst Hygge als neuer Lifestyle-Trend ab - WELT Aufruf am 01.05.2021

Lagom: der Lifestyle- & Wohntrend aus Schweden - [SCHÖNER WOHNEN] (schoener-wohnen.de) Aufruf am 01.05.2021