

Dlaczego Holandia to jeden z najszcześniejszych krajów?

27 lutego 2024

W artykule opublikowanym na łamach portalu „CNBC” Polka, która od 14 lat mieszka w Holandii zdradza, dlaczego życie w tym kraju może być tak bardzo satysfakcjonujące.

Polka mieszka w Holandii od 14 lat – tłumaczy, dlaczego to jeden z najszcześniejszych krajów.

Olga Mecking jest pisarką i dziennikarką. Napisała książkę „Niksen: Embracing the Dutch Art of Doing Nothing” (polskie wydanie: „Niksen. Holenderska sztuka nierobienia niczego”), regularnie współpracuje z takimi markami, jak The New York Times, The Guardian, BBC, The Atlantic. W swoim tekście nie może nachwalić się Holandii, a na łamach „Polish Express” przyjrzymy się jej argumentacji. Dlaczego życie w Królestwie Niderlandów może być tak pełne spełnienia i tak szcześnie? „Kiedy po raz pierwszy odkryłem koncepcję »niksen«, czyli holenderskiej sztuki nierobienia niczego, byłam zafascynowana” – zaczyna swój artykuł Mecking. „Kiedy zastosowałem te wskazówki do własnego życia, moje spojrzenie na szczenie zmieniło się w znaczący sposób. Wierzę, że niksen jest jednym z powodów, dla których Holendrzy niezmiennie zaliczani są do grona najszcześniejszych ludzi na świecie”.

Według naszej rodaczki takie holenderskie „nicnierobienie” może wydawać się samolubne i nudne, ale w rzeczywistości bardzo pomaga zarówno jednostkom, jak i całym społecznościom. „Nie przepraszaj za robienie przerw i wakacji. Pomyśl o niksenie nie jako o przejawie lenistwa, ale jako o ważnej umiejętności życiowej, która może pomóc ci odzyskać spokój, znaleźć spokój i zapobiec wypaleniu” – zwraca uwagę Mecking w swoim artykule. Jest praca, musi być więc wypoczynek, właśnie w takiej formie.

Autorka „Niksen: Embracing the Dutch Art of Doing Nothing” zwraca również uwagę, że relacje między tymi dwoma biegunami różnią się w zależności od danego człowieka. Wszystkim jednak zaleca pracowanie i odpoczywanie zgodnie ze swoim naturalnym rytmem. „W Holandii ludzie zwykle unikają intensywnych wybuchów emocji lub zachowań, które uważają za zbyt dramatyczne. Ogólnie rzecz biorąc, niedopuszczalne jest również narzekanie lub przechwalanie się, że cały czas pracujesz” – pisze dalej Mecking. „Taka postawa wywodzi się ze słynnego holenderskiego powiedzenia »doe normaal, dat is al gek genoeg«, co oznacza »po prostu bądź normalny, to już jest wystarczająco szalone«”.

„Oznacza to, że jeśli włożysz w swoją pracę zbyt wiele godzin lub zbyt wiele wysiłku, prawdopodobnie nie otrzymasz żadnych pochwał. Zamiast tego możesz być świadkiem przewrócenia oczami i westchnień. Jednocześnie usłyszysz, abyś był normalny. Ooszedł do domu i znalazł trochę czasu dla siebie” – podsumowuje nasza rodaczka.

Autorstwo: Remigiusz Wiśniewski

Źródło: PolishExpress.co.uk