



# Heute wieder eine FROHE BOTSCHAFT

23.01.2023

## **Lagom- mehr als ein (schwedisches) Wort ...**

... nämlich eine ganze Lebenseinstellung. Seit einigen Jahren hat das dänische „Hygge“ seinen festen Platz in Büchern und Zeitschriften und ist nicht mehr wegzudenken als Sammelbegriff für eine besondere Form der Gemütlichkeit und Behaglichkeit. Jede Übersetzung greift zu kurz, aber wir ahnen, was gemeint sein könnte.

Etwas weniger bekannt ist das Schwedische „Lagom“ (ausgesprochen „Logum“ mit kurzem o). Auch hier kann eine Übertagung ins Deutsche nicht alle Facetten der Bedeutung erfassen. Aber am ehesten kommt ihm wohl noch: „gerade recht, angemessen, mäßig“. In allem, was ich tue, sage, konsumiere, plane, ja wie ich lebe - es geht um ein ausgewogenes Maß.

„Lagom är bäst“, heißt ein schwedisches Sprichwort: „das richtige Maß ist am besten“. Dies kann sich auf alle Lebensbereiche beziehen. Das Essen kann *lagom* sein und damit genau richtig gewürzt. Wenn das Wetter *lagom* ist, dann ist es weder zu kalt noch zu warm. Auch Sport kann ich *lagom* treiben: engagiert, aber nicht zu exzessiv. Für ein Gespräch kann *lagom* ein guter Maßstab sein für nicht zu viel und nicht zu wenig reden. *Lagom* kann auch der Wohnstil sein: funktional und doch auch gemütlich. Sogar der Umgang mit den Ressourcen soll *lagom* sein im Sinne der Nachhaltigkeit und im Sinne eines verantwortungsvollen Umgangs mit der Schöpfung.

In Schweden ist *Lagom* ein Kulturgut, das es zu bewahren und weiterzutragen gilt. Denn die Gesellschaft soll darauf aufgebaut sein: Es geht nicht nur um mich, es geht um die Gemeinschaft. Um Rücksichtnahme und Achtsamkeit, die für mich selbst gilt und immer auch für die anderen. Ich boxe nicht meine Interessen durch, sondern nehme auch die meiner Mitmenschen wahr. Ich habe eine Meinung, aber ich akzeptiere auch die der anderen. Ich darf darauf achten, dass ich mit meinen Bedürfnissen „im Lot“ bleibe und nehme auch die der anderen ernst.

Mit *Lagom* leben. Immer geht es darum: Die richtige Balance zu finden. Nicht zu extrem zu übertrieben. Das ist nicht zu verwechseln mit Mittelmäßigkeit oder Gleichmacherei. Eher bedeutet es, die goldene Mitte finden. Und die sieht für jede und jeden anders aus. Ich bestimme selbst und justiere immer wieder neu für mich, was gut und genug ist. Zugleich respektiere ich das *Lagom* meiner Mitmenschen.

Ich konzentriere mich auf mein *Lagom* und muss mich nicht ständig mit anderen vergleichen oder sie gar übertrumpfen. Ohne das immer Höher-Weiter-Größer wird das Leben stressfreier. *Lagom*-damit will ich ins neue Jahr gehen. In bester Gesellschaft; denn Paulus scheint es auch schon gekannt zu haben....- Alter Schwede!

**„Niemand soll sich über andere erheben und höher von sich denken, als es angemessen ist. Bleibt bescheiden und sucht das rechte Maß. Durch den Glauben hat jeder von euch seinen besonderen Anteil an Gaben bekommen. Daran hat jede/r den Maßstab, nach dem er oder sie sich einschätzen soll.“ (Römerbrief 12, 3)**

Herzlich, Christine Klein-Müller (Pfarrerin in Germersheim)