

PARADIS PÅ JORD: Costa Ricas innbyggere er mer fornøyde med tilværelsen enn noe annet folkeslag. Landet har

Norge har ofte blitt kåret til verdens beste land å bo i. Likevel er det folk fra langt mer ressursvake Costa Rica som er mest tilfredse med livet.

Av: Stian Johnsen & Kenneth Stensrud

Velstandsveksten i Norge de siste tiårene har gjort mange nordmenn rike og fornøyde. Vi ser gjerne på oss selv som vellykkede og glade. Men materielle verdier og penger i banken er ikke svaret på hvordan man blir lykkelig, ifølge lykkejegeren Christian Curry fra USA. Etter å ha jaktet på det gode liv i hjemlandet i mange år, fant han lykken i idylliske Costa Rica.

– I USA var det for mange ting ved livet mitt jeg ikke kunne kontrollere selv. Jeg følte meg fanget i mitt eget land. Først nå kan jeg si at jeg føler meg fri, sier den lystige 30-åringen.

Overlegent best

Det er han ikke alene om å føle. Ifølge en undersøkelse fra New Economics Foundation (NEF) topper Costa Rica listen over landene med verdens lykkeligste innbyggere. Rapporten, som

presenterer tall fra juni i fjor, baserer seg på hvor lykkelig hver enkelt person føler seg på en skala fra 0 til 10. På denne listen troner Costa Rica øverst med et imponerende snitt på 8,5, hele 0,4 poeng foran Danmark, Irland og Norge, som deler andre plass.

Resultatet må sies å være rimelig overraskende, sett i lys av at det mellomamerikanske landet har langt mindre ressurser enn landene bak på listen. Den prisbelønnede costarikanske journalisten Angela Ulibarri (60) er derimot ikke overrasket.

Jordnære

Ulibarri har jobbet med TV og radio i en årrekke, blant annet med Costa Ricas svar på Norge Rundt. Hun er godt kjent med landets mennesker og kultur, og mener å ha svaret på hvorfor hennes landsmenn er så sorgløse.

– Costa Rica er et lite land med et behagelig klima og flott natur. Det har mye å si for hvor fornøyde vi er. Naturen er veldig viktig for costarikanere. Landet har mye rik jord og gode vekstforhold. Dette er et ideelt land for bønder, og mange av oss er vokst opp på bondelandet, sier hun med et vennlig smil.

Da vi møter henne på jobbkontoret velger hun like godt å ta fri for dagen og ta oss med på en omvisning i nabolaget. Så viktig er det for henne å vise omverdenen hvor bra de har det her. Hun er, som costarikanere flest, tydelig stolt over landet sitt og hva de har oppnådd.

Helsevesen i verdensklasse Costa Rica er en velferdsstat som ofte blir kalt «Mellom-

Amerikas Sveits» og kan på mange måter også sammenlignes med Norge. Akkurat som oss har de en trygdekasse og gratis helsetjeneste. Ifølge Ulibarri har 98 prosent av befolkningen tilgang til denne.

– Alle som arbeider betaler en viss sum av det de tjener til

vesenet som et av de beste i verden.

– Universell helsetjeneste til alle er med på å skape en trygghet blant folket. Mange kommer også hit fra utlandet for å bli behandlet. Vi er langt foran USA på den fronten.

Det er mye mer avslappet her. Færre lover gir større frihet.

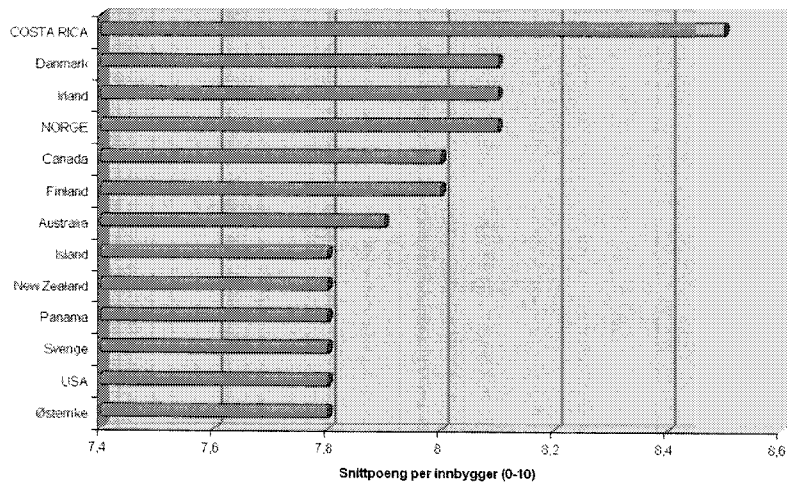
Christian Curry, nyinnflyttet amerikaner

trygdekassen. De som har mest penger gir mest, slik at de som ikke har mye også får hjelp, forklarer hun.

Tilbudet har eksistert i lang tid og gått igjennom flere utviklingsprosesser. I dag ansees det costarikanske helse-

Savner ikke hjemlandet Det er også Christian Curry enig i. Han flyttet til byen Tamarindo i Costa Rica etter å ha bodd på kryss og tvers av USA. I dag er han daglig leder av Chocolate Hotel i den idylliske byen langs Stillehavskysten. Her har han

Livstifredshetsindeks



SLÅR NORGE: Costa Rica topper listen til New Economics Foundation (NEF). Norge er på delt andreplass. Illustrasjon: Stian Johnsen

HER ER DE LYKKELIGST I VERDEN



ikke militære styrker og har hatt et stabilt politisk styre siden 1948. Det gir costarikanere grunn til å slappe av, som her ved stranden i byen Tamarindo. Foto: Kenneth Stensrud

endelig funnet sitt eget lille paradisi.

– Jeg savner ikke USA i det hele tatt. Alt er så mye bedre her. Før jeg flyttet ned drakk jeg ikke engang kaffe. Her er kaffen så god at jeg drikker flere kopper om dagen, sier han, etter å ha klargjort nok en kanne til traktning.

Han sitter i hotellresepsjonen, som også fungerer som hans egen private leilighet. Kaffearomaen i det lille rommet blander seg med den typiske sydenduft av salt fra havet og høy luftfuktighet. For Curry er dette duften av lykke.

– Det er mye mer avslappet her. Færre lover gir større frihet. Nettopp det at folk her har lite fra før av gjør at de er fornøyde med det de har.

Politisk suksess

For ordens skyld er Costa Rica langt fra å være et u-land. De har en stabil økonomi og har gjort det bedre innenfor det meste i politikken enn sine naboland. Angela Ulibarri mener costarikanere har stor tillitt til de som styrer landet.

– Sammenlignet med resten av Mellom-Amerika har vi klart oss veldig bra. Mange har slitt med et dårlig politisk styre, diktatur og krig, mens her har alle presidenter siden borgerkrigen hatt gode intensjoner, forklarer hun.

Den costarikanske borgerkrigen endte i 1948. Etter det tok en mann ved navn José Figueres Ferrer over makten og innførte stemmerett til kvinner, svarte og urbefolkning. Siden

da har landet kommet langt innen likestilling og toleranse. 8. mai i år ble Laura Chinchilla Costas Ricas første kvinnelige president.

– Det er et godt eksempel på hvor langt vi har nådd. Hun er en moderne kvinne som mange har store forhåpninger til. Hun er

// Pengene som kunne vært brukt til å drepe går heller til folket.

Angela Ulibarri, journalist og folkekjenner

Costa Ricas svar på Obama, sier en smilende Ulibarri.

En annen viktig politisk beslutning Ferrer sto for var å avskaffe militæret, som det første landet i verden. Bakgrunnen var å heller investere pengene i andre deler av sam-

funnet, spesielt i helsesektoren. Ironisk nok mener Ulibarri at dette er en av hovedårsakene til at innbyggerne føler seg tryggere - og dermed lykkeligere - enn noen gang før.

– Pengene som kunne vært brukt til å drepe går heller til folket, og landets mødre

slipper bekymringen over å sende sønnene sine i militæret.

Lever enkelt

Noe slikt ville nok neppe skjedd i Norge med det første. Og i hvert fall ikke i USA.

– Det er herlig å være i en

situasjon hvor man ikke føler at man trenger beskyttelse, sier Curry. Han har tatt oss med ut til en sitteplass i hotellets hage. I trærne over oss hører vi en symfoni av ukjente fuglelyder. Solen står høyt på den klare himmelen. Det er lett å skjønne hvorfor så mange kommer hit for å koble av. Spørsmålet vi har skrevet ned i den uslitte notatblokken noen dager i forveien føles unødvendig å stille. Vi gjør det likevel.

– *Hvorfor flyttet du hit?*

– Jeg ønsket meg et enklere liv. Folk i USA er sjelden fornøyde med det de har. Det skjedde med meg også. Man ønsker seg enn masse ting man egentlig ikke trenger. Dersom du bare ønsker deg mer og mer ting blir du til slutt ulykkelig.

Frihet essensielt

Flere har fått øynene opp for livet i Costa Rica. Mange gjør som Curry og søker lykken i landet. Sjelden er det økonomisk motivert. I stedet er det friheten som tiltrekker mange. Costa Rica frigjorde seg fra Spania i allerede 1821, kun sju år etter at Norge fikk sin grunnlov. Resultatet er et samfunn med mange forskjellige folkegrupper og aner.

– I Costa Rica er alle velkomne. Mange kommer hit for å være frie mennesker. Den amerikanske drømmen finnes også her. Friheten er for mange viktigere enn penger, forklarer

tror ikke Ulibarri at religion kan ta all æren for hvor motstandsdyktige de er ovenfor livets nedture. I stedet er det det kollektive samholdet som skaper lykke.

– Da vestens misjonærer kom hit var det ingen som trengte dem. Vi var allerede lykkelige og hadde en god mentalitet fra før av. Alle ønsker å gi hverandre hjelp, spesielt til de mest vanskeligstilte. Man føler seg aldri alene her.

Likeverd er et viktig element i et vellykket og lykkelig samfunn for costarikanere. For ikke så lenge siden hadde landet



Man føler seg aldri alene her.

Angela Ulibarri

Ulibarri da vi besøker henne, før hun legger til:

– Mange vil hit, få vil dra.

For Curry er det nettopp denne følelsen av å være fri som har gjort at han har blitt værende. Ifølge han er det snakk om en helt annen frihet i Costa Rica enn den som eksisterer i USA.

– Man kaller USA et fritt land, men landet er det motsatte av frihet. De tror det er et demokrati, men du gir bare din stemme til en person som ønsker makt og personlig å påvirke hvordan landet styres.

Den rolige 30-åringen virker verken sint eller skuffet på noen som helst måte når han forteller oss dette. I stedet smiler han, nærmest som om det hele skulle være en spøk. Likevel er det ingen tvil om at han mener hvert ord som blir sagt. Men sittende her under palmene, med hånda godt festet rundt nok en kopp med nytrukket kaffe, er det ikke lenger hans problem. Noen ville kanskje kalt det uvitenhet eller ignoranse. For Curry er det bare snakk om å fokusere på de gode tingene i livet. Det trekker også Ulibarri frem som en mulig forklaring på hvorfor Costa Rica topper statistikken til NEF.

– Vi er et jordnært folkeslag som er oppriktig glade og positive. Det er ekte glede. Samtidig er det klart at ingen kan være 100 prosent lykkelig i livet hele tiden. Alle møter utfordringer, også costarikanere. Forskjellen er kanskje at vi er flinkere til å bearbeide tristheten, sier hun.

Står samlet

Selv om rundt 92 prosent av landets innbyggere er kristne,



Man kaller USA et fritt land, men landet er det motsatte av frihet.

Christian Curry

kun offentlige skoler. Her var alle elever samlet, uavhengig av bakgrunn, formue og sosial status.

– Det har ikke vært stor forskjell på rik og fattig. Alle er venner og ingen føler seg annerledes eller mindre verdt. Det gode kollektivet som det skaper er med på å gjøre folk lykkelige, mener hun.

Gode utsikter

Også fremtiden til det grønne landet ser positivt ut, skal vi tro Ulibarri.

– Jeg tror vi har lys fremtid i sikte, mye takket være den kollektive mentaliteten i landet. Alle vil det beste for Costa Rica og er villige til å beskytte deres frihet, sier hun avsluttende, før hun legger til:

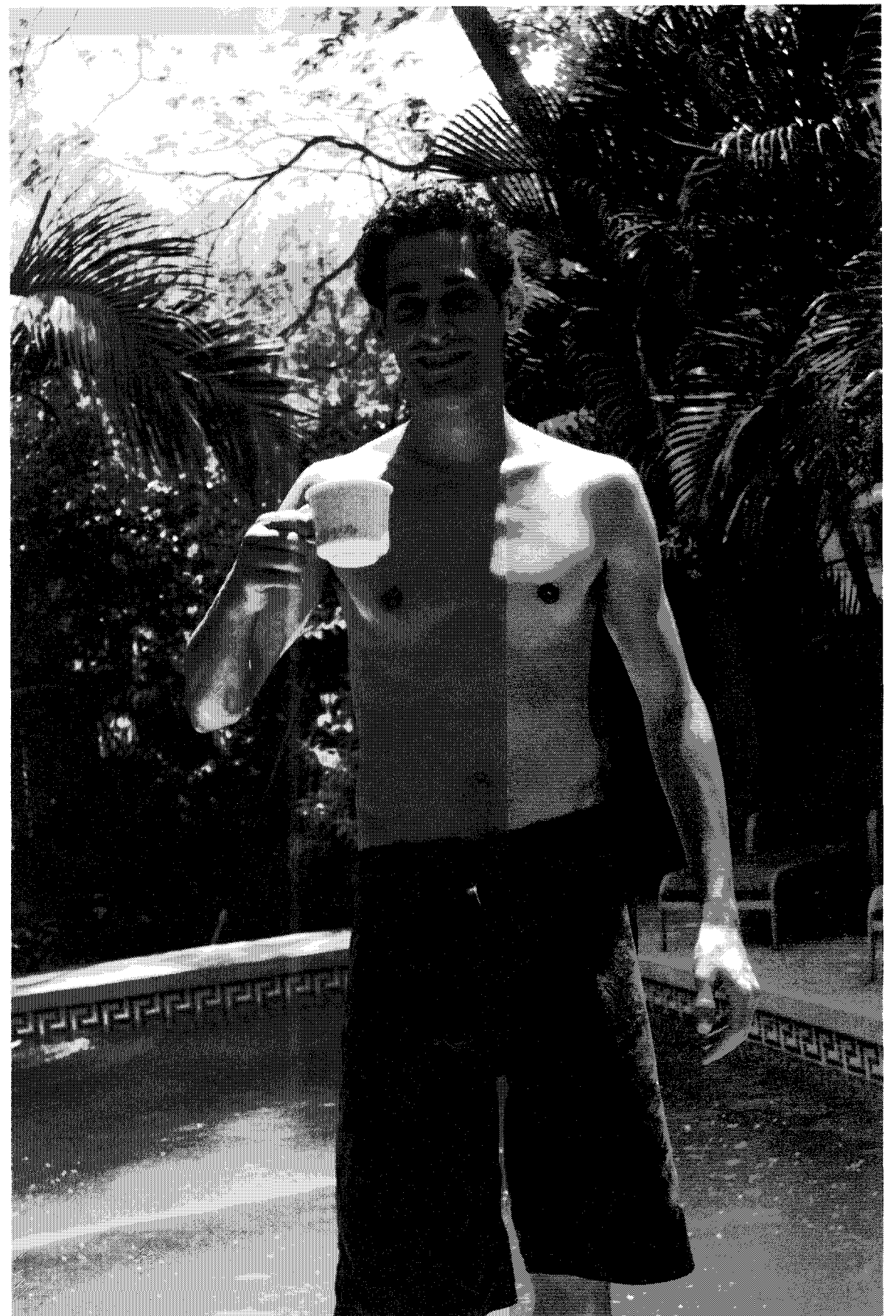
– Men med sine standpunkt i stedet for våpen.

Tilbake i Tamarindo er det i hvert fall én som er villig til å kjempe for de livsverdiene. Christian Curry har drukket opp kaffen sin og strekker den slanke kroppen sin opp mot solen for å tøye musklene. I den posituren minner han mest om en katt; fredelig, fornøyd og helt uten bekymringer.

– Jeg liker endring i hverdagen, men jeg har kanskje endelig funnet hva jeg har lett etter nå. Jeg kunne godt tenke meg å bli her resten av livet, sier han etter en stund, før han forlater oss for å ta imot nye gjester til hotellet. Nok en gruppe backpackere har funnet lykken i Costa Rica.



NATURVERN: Angela Ulibarri viser hvor byggegrensen i delstaten San Carlos går. Hele 25 prosent av landet er fredet nasjonalpark. Begge foto: Kenneth Stensrud



LIVSNYTER: Amerikaneren Christian Curry lette etter ekstra krydder i hverdagen og fant det i Costa Rica. Nå driver han et hotell og sees sjelden uten en kopp kaffe i handen og et smil rundt munnen.

– Lever gjerne 100 år til

Costarikanske Adilio Carmona Sibaja (104) har for lengst passert forventet levealder, men blir aldri mett på livet.

Av: Stian Johnsen & Kenneth Stensrud

Adilio sitter godt tilbakelent i godstolen og smiler når vi møter ham i det lille huset i fjellandsbyen Ciudad Quesada i hjertet av Costa Rica. En mer livsglad mann skal man lete lenge etter. Men så har jo også 104-åringen mye å smile av.

– Jeg er veldig lykkelig. Gud har gjort det lett for meg å være glad. Han har gitt meg mange år og et godt liv.

Tipptippoldefar

Det er ikke bare Gud han takker for et langt og godt liv. Som costarikanere flest, er

på hest og var fysisk aktiv. Det er nok én av grunnene til at jeg har levd så lenge, sier han med en mimrende mine.

– Slapper du aldri av?

– Jeg drikker et glass med alkohol hver dag før jeg legger meg. Det hjelper meg å sove, humrer Adilio.

Ung i sinnet

Til tross for sin høye alder, husker Adilio meget godt. Han snakker som en foss og forteller oss detaljert om opplevelser fra barndommen. Og minnene er viktige. Alle barndomsvennene



Det er aldri for sent å oppnå sine drømmer.

Adilio Carmona Sibaja (104)

Adilio sterkt knyttet til familien sin. 104-åringen giftet seg med sin store kjærlighet i 1932, men overlevde konen. Nå bor han med datteren Sinaí Carmona Quirós, som gir ham mye kjærlighet og omsorg. Foruten henne og tre andre døtre har han imponerende 25 barnebarn, 52 oldebarn, 30 tippoldebarn og ett tippoldebarn.

– Når jeg er med familien min er jeg glad, sier han mens han ser takknemlig opp på datteren.

Arbeidet i 96 år

Adilio gestikulerer mye og er svært aktiv når han prater, noe som reflekteres i hans innholdsrike liv. Allerede som sjuåring startet han å jobbe. Det fortsatte han med helt til han i en alder av 103 år ble overtalt av familien til å roe seg ned.

– Jeg har jobbet med alt mulig rart. Mest på familiegården, hvor jeg levde som cowboy, red mye

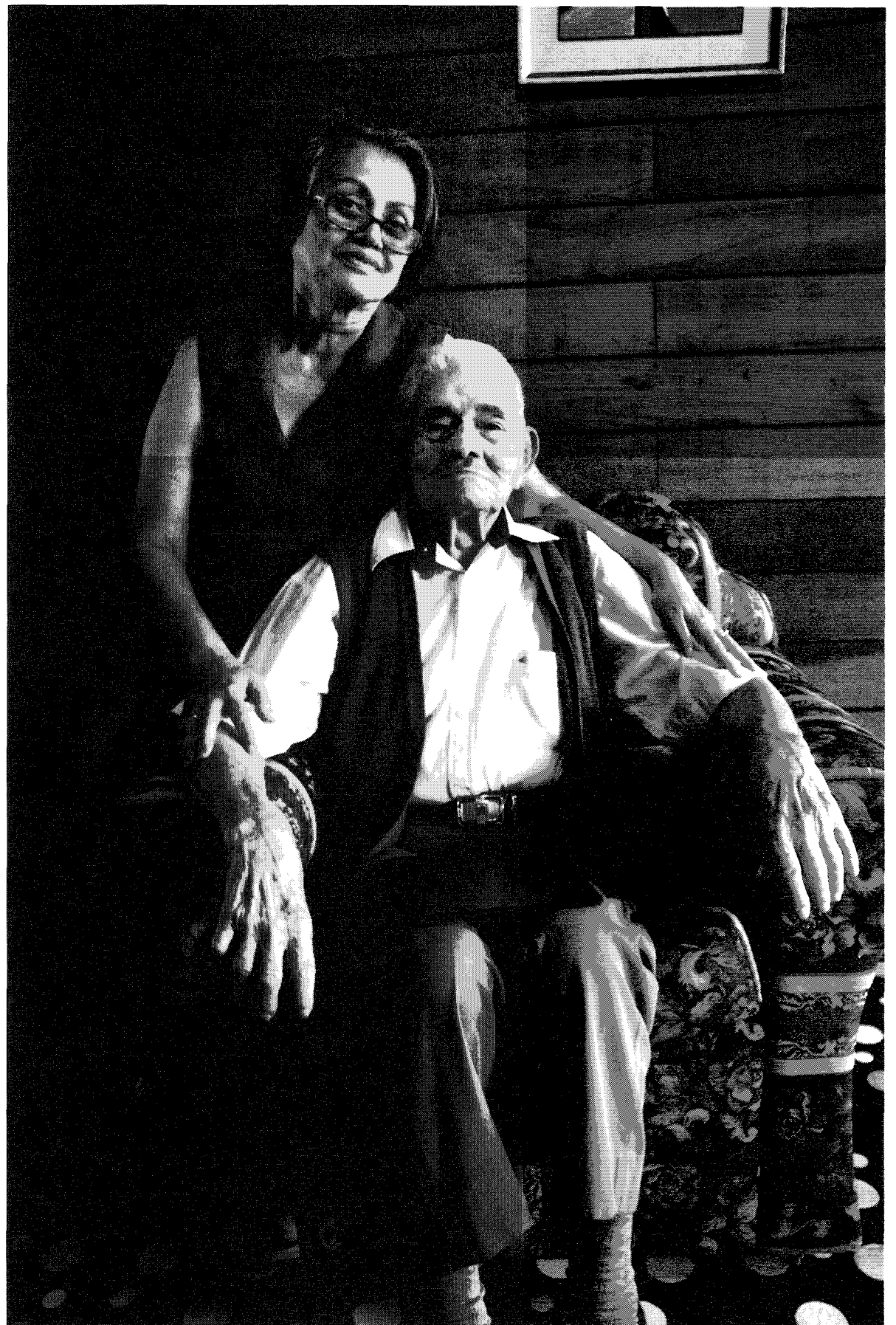
hans er borte. Den siste døde i fjor. Selv føler Adilio seg fortsatt ung.

– Jeg er beæret over å ha blitt så gammel. Jeg føler meg som om jeg er ni. Hadde det vært opp til meg, skulle jeg gjerne levd 100 år til.

På skolebenken

Positiv som han er, valgte Adilio å fullføre barneskolen i en alder av 94 år, en drøm han aldri fikk gjennomføre som barn. I stuen henger diplommet som viser at han, som den eneste i sin klasse, klarte utdanningen. Dette til tross for at han var den klart eldste studenten i sitt kull. Diplommet fikk han overrakt av selveste presidenten og hans kone under en høytidelig seremoni.

– Jeg har alltid hatt lyst til å klare det. Det er aldri for sent å oppnå sine drømmer. Det var gøy å studere, spesielt matematikk, sier han mens han stolt serverer oss eksemplere fra gangetabellen.



FAMILIEKJÆR: Adilio Carmona Sibaja mener familieverdier står sentralt i et lykkelig liv. I dag bor han med datteren, Sinaí Carmona Quirós, som holder den spreke 104-åringen med selskap. Foto: Kenneth Stensrud

Elsker Costa Rica

Ti år etter skoleslutt leser han fremdeles avisen hver dag.

– Og det uten briller, skyter datteren Sinaí inn.

Til og med et par engelske gloser har pensjonisten plukket med seg, til tross for at han knapt har vært utenfor moderlandets grenser. Akkurat det føler heller ikke den tilfredse mannen noe behov for.

– Her i landet er det mye kjærlighet. Jeg ville aldri byttet Costa Rica mot noe annet, avslutter han.



BEVIS: Adilio Carmona Sibaja viser stolt frem diplommet som viser at han har fullført barneskolen - i en alder av 94 år. Foto: Kenneth Stensrud

– Nordmenn også tilfredse

Lykkeekspert Thomas Hansen tror costarikanernes kollektive innstilling gjør at de slår Norge på lykkelighets-skalaen.

Av: Stian Johnsen & Kenneth Stensrud

Internasjonale studier viser at Norge lenge har stått i ro når det gjelder lykkelighetsnivået i landet, og at lite vil forandre seg i årene fremover. Lykkeforsker Thomas Hansen tror heller ikke nordmenn kan bli mye lykkeligere enn vi allerede er.

– Kan vi forvente at vi går så mye høyere på en slik skala? Vi er veldig tilfredse og har flere

ganger scoret opp mot 90 % i slike undersøkelser, sier han.

Nordmenn mer nøkterne

Hansen er forsker og psykolog ved Norsk institutt for forskning om oppvekst, velferd og aldring (NOVA) og har nylig avlagt doktorgrad om lykke og tilfredshet i andre halvdel av livet. Han tror folks måte å svare på kan

være avgjørende for utfallet av NEFs rapport.

– Nordmenn er muligens litt mer nøkterne i forhold til å skryte av egen lykke i forhold til folk fra mellomamerikanske land. Dette gjør at nordmenn gjerne velger åtte i stedet for ni, mens costarikanere er mer «Yes, vi kliner til med en tier!», mener Hansen.



LYKKE-
EKSPERT:
Thomas
Hansen.
Foto: Privat

Flere paralleller

Thomas Hansen får støtte av forfatter og samfunnsforsker Ottar Hellevik.

– Slike internasjonale sammenligninger kan være problematiske. I tillegg til at svarmåten kan være forskjellig, kan også spørsmålene oppfattes forskjellig, sier Hellevik.

Begge forskerne sier seg imidlertid imponert over at Costa Rica scorer såpass høyt på lykkelighets-skalaen. Hellevik påpeker at man kan trekke mange paralleller mellom Norge og Costa Rica når det gjelder grunner til hvorfor menneskene i landene er lykkelige.

– Lykkenivået i Norge har steget etter okkupasjonen, på samme måte som det har gjort i Costa Rica etter borgerkrigen der. Gode sosiale relasjoner og liten ulikhet mellom de sosiale klassene er også viktige grunner

har Norge stått nesten helt i ro på lykkelighetsstatistikker de siste 20-30 årene. Hellevik har forsket på hvorfor og mener at dette er fordi velstandsveksten har blitt opphevet av negative trekk ved samfunnsutviklingen.

– Det har vært tilbakegang for noen forhold som har en positiv effekt på lykkefølelsen. Et eksempel er at færre lever i parforhold, noe som bidrar til å senke lykkenivået i befolkningen. I tillegg fikk man på 90-tallet en utvikling hvor idealistiske verdier ble svekket, mens oppslutningen om motsatsen materialistiske verdier ble større. Dette skaper misnøye med hva man har av inntekter og eiendeler og bidrar til å redusere sjansen for å føle seg lykkelig.

Tar vare på de svake

Når det kommer til gjennomsnittet av folket har Norge lenge vært på verdenstoppen sammen med Danmark. Thomas Hansen forteller at skandinaver scorer høyt på slike statistikker fordi vi har færre som trekker ned snittet.

– Vi er flinkere til å ta vare på de vanskeligstilte i samfunnet. Dette gjør at de svake i sam-



Det beste er trolig å lære av egne erfaringer når det gjelder hva som bidrar til å øke lykkefølelsen.

Ottar Hellevik, samfunnsforsker

funnet trekker mindre ned enn i land som for eksempel USA, forklarer han.

Totalt sett mener forskerne at økonomisk velstand og materielle verdier er med på å heve lykkenivået, men samtidig har vi større tilgang på teknologi som gjør at vi er mindre i kontakt med natur og dyr. Det mener Hellevik er negativt.

– Studier viser for eksempel at de som ser mye på TV har et lykkenivå enn andre, uten at man kan være sikker på at dette skyldes TV-seingen i seg selv. Uansett er det grunn til å tro at mer tid brukt på friluftsliv og kontakt med dyr og natur i stedet for passiv TV-seing vil gi økt livskvalitet og lykkefølelse, avslutter han.



SAMFUNNS-
FORSKER:
Ottar
Hellevik.
Foto: Privat

begge steder, sier Hellevik, som legger til at nordmenn ikke kan lære så mye av costarikanere når det gjelder lykkelighet.

– Det beste er trolig å lære av egne erfaringer når det gjelder hva som bidrar til å øke lykkefølelsen.

Velstandsveksten opphevet

En av grunnene som bidrar til å øke nordmenns lykkefølelse er den økonomiske veksten man har opplevd de siste tiårene. Likevel



GLADE: Det beste eksempelet på norsk lykke finner man kanskje på 17. mai. Her fra fjorårets feiring i Bodø. Foto: Kenneth Stensrud