Hara Hachi Bu Dorp

Testing ground for enough instead of more
Oefenterrein voor genoeg in plaats van meer

Hosted by: MU en DDW

Project Information (EN)

One fingerstep back

Several years ago after arriving on the Japanese island of Okinawa counterfactual designer Arne Hendriks was welcomed by a small and elegant old lady, Madame Kuranari. After she presented him with a wonderful meal of local molluscs with miso and seaweed she said: ‘Hara Hachi Bu’. When he expressed that he didn’t understand she placed her right hand on her left arm and with two fingers took 5 steps. 1, 2, 3, 4, 5. Then she took one finger-step back and picked this fifth imaginary step from her arm and reached out to give it to him saying: Hara Hachi Bu.

Keep a bit of space

Later he learned that Hara Hachi Bu means: Eat until you are 80% full. Don’t eat until you can eat no more but eat until you are no longer hungry. Keep a bit of space. This simple advice for leaving 20% space led Hendriks to the initiation of the HHBU, Hara Hachi Bu University. A place of study and storytelling, a place of practise, a place to collectively reflect on what it will take for the human species to take a 20% step back. After practicing and studying the principles of Hara Hachi Bu for two years with students of Design Academy at MU and with participants of ecovillage Ppauw and students in a forest near Wageningen University DDW invited Hendriks to present Hara Hachi Bu at Dutch Design Week 2021 as one of the projects in sync with it's overall theme The Greater Number. This time Hendriks builds a Hara Hachi Bu Village, a lively circle of re-used townhouses - as a testing ground for doing less, for taking a step back, for enough instead of more.

Projectinformatie (NL)

Een vingerstap terug

Enkele jaren geleden bezocht tegenfeitelijk ontwerper Arne Hendriks het Japanse eiland Okinawa, waar hij werd verwelkomd door een kleine en elegante oude dame, madam Kuranari. Nadat ze hem een geweldige maaltijd voorzette van weekdieren met miso en zeewier wenste ze hem: 'Hara Hachi Bu'. Toen hij aangaf dit niet te begrijpen zette ze twee vingers van haar rechterhand op haar linkerarm en liet deze 5 stappen maken. 1, 2, 3, 4, 5. Daarna zette ze één vingerstap terug, pakte de denkbeeldige stap van haar arm en gaf deze aan hem met de woorden: 'Hara Hachi Bu'.

Laat een beetje ruimte

Later leerde hij dat Hara Hachi Bu betekent: Eet tot je 80% vol zit. Eet niet tot je niet meer kunt, maar tot je geen honger meer hebt. Laat een beetje ruimte. Dit simpele advies om 20% ruimte te laten inspireerde Hendrik tot de oprichting van de Hara Hachi Bu Universiteit (HHBU). Een plek om te studeren en verhalen te vertellen, een plek om te oefenen, een plek om collectief te reflecteren op wat het betekent voor de mensheid om een 20% stap terug te zetten. Na het twee jaar bestuderen en praktiseren van de principes van Hara hachi bu met studenten van de Design Academy in MU en met bewoners van het ecodorp Ppauw en studenten In eenbos bij Wageningen Universiteit heeft DDW Hendriks uitgenodigd om Hara Hachi Bu te presenteren tijdens Dutch Design Week 2021 als een van de onderdelen die het thema The Greater Number onderstreept. Deze keer bouwt hij een Hara Hachi Bu Dorp, een levendige cirkel van hergebruikte tuinhuisjes die samen een oefenterrein vormen om minder te leren doen, een stap terug te nemen en te gaan voor genoeg in plaats van meer.

Image List

Filename	Caption	Credit
the-51-step-back-def-cmyk-300dpi-7dab0.jpg		Drawing by Arne Hendriks
hhbu-20504.jpeg		Drawing by Arne Hendriks

The images above are included in the ZIP under `/images`.