

Uitnodiging voor een 24-uurs horizonobservatie



24 uur rust, ruimte & onverdeelde aandacht

*

V2.3/01.08.2020

Bruno van den Elshout / Hanneke van der Werf / Helen Preston / Lars Doyer

Welkom

Dank je wel voor je overweging om deel te nemen aan een 24-uurs horizonobservatie.

Dit document hebben we gemaakt om je een beeld te geven van wat je kunt verwachten te beleven wanneer je deelneemt aan een 24-uurs horizonobservatie. Veel daarvan ligt voor de hand, maar het is alsnog een goed idee om dit document met aandacht door te lezen voor je je definitief aanmeldt. Misschien besluit je na het lezen van dit document wel om dat toch liever niet te doen. Of krijg je er extra zin van om het ook eens te beleven. Dat is in beide gevallen goed nieuws.

Je leest ook hoe je je aan kunt melden en hoe je je goed voor kunt bereiden op de omvangrijke rust en ruimte die je te wachten staat.

Voor vragen kun je ons bereiken op:

Bruno van den Elshout

info@photologix.nl

06 14 63 30 72



Helen Preston

info@firstaidfortext.com

06 13 59 70 39



Lars Doyer

larsdoyer@gmail.com

06 45 66 68 50



Horizonobservatie #10, 05.06.2019 - foto: Eric de Keizer

Hoe je over deelname kunt beslissen

Een goede eerste stap is om dit document met aandacht door te lezen en te ervaren wat dat met je doet.

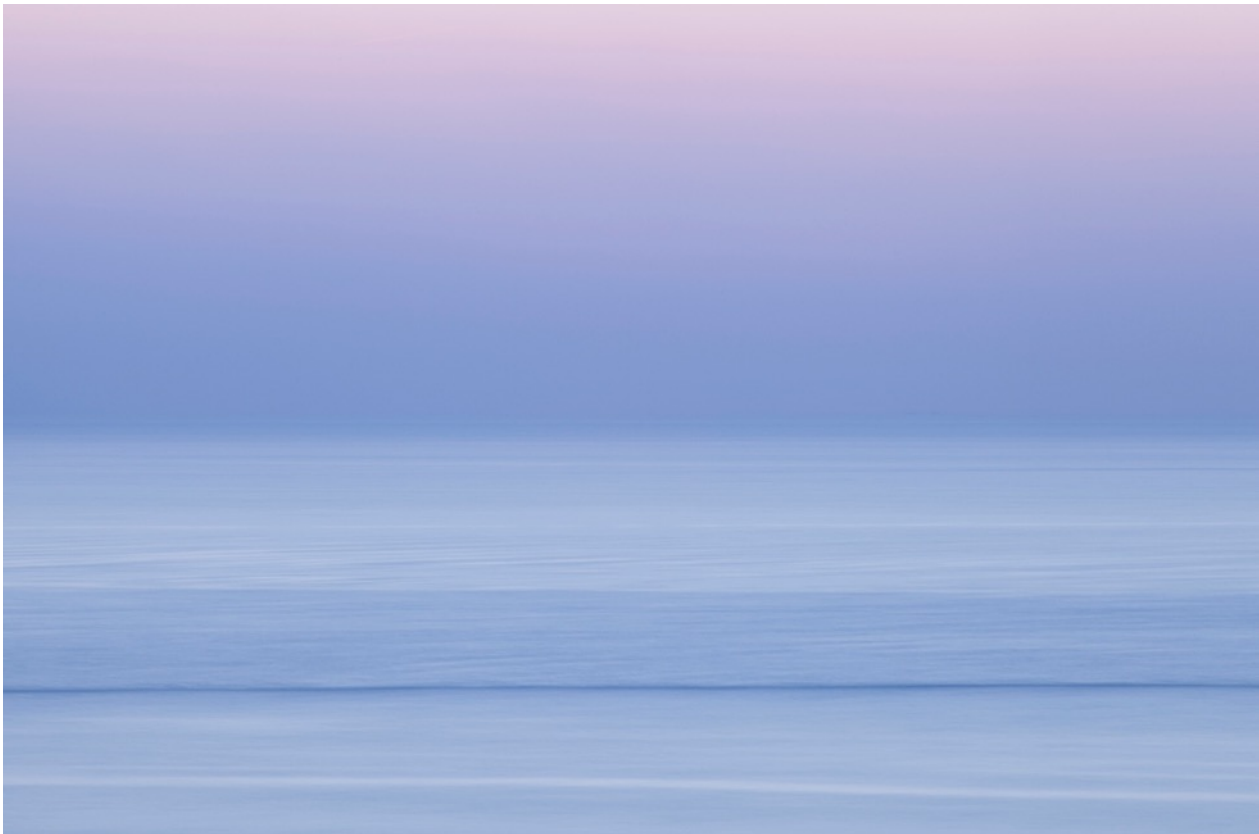
Voel je een JA! Dan is het een goed idee, om de data van de volgende editie met rode pen in je agenda te zetten. Om doelbewust te kiezen om tijd vrij te houden of in te plannen. Kies je er voor om tijd vrij te houden, dan ontstaat er dankzij die keuze extra ruimte. Door jou en voor jou gemaakt, wat op zich al een heel feestelijke ervaring is. Eigenlijk begint de ervaring van de horizonobservatie daar al: op het moment dat je ervoor kiest om in te stappen.

Je bent tot een week voor de observatie welkom om je [aan te melden via Eventbrite](#). Daarna sluit de inschrijving, en begint de laatste fase van de voorbereiding. Door hiervoor de tijd te nemen, is er voor ons en voor de groep deelnemers, ook in deze fase de rust, de ruimte en de aandacht die passend is voor de 24-uurs horizonobservatie. Als deelnemer beschik je ruim op tijd over alle relevante informatie om je in de aanloop rustig voor te bereiden.

Wanneer je tot deelname besluit, vragen we je te committeren aan je wens om de horizonobservatie van begin tot eind mee te maken.

De bijdrage die je bij inschrijving betaalt, helpt ons de horizonobservatie over langere tijd met gepaste aandacht voor te bereiden. Als je de bijdrage met iets anders wilt vergelijken, doe dat dan graag met een reis, een retraite, een sportieve activiteit, een uitgebreide training of een *nature quest*.

*



24 uur rust en ruimte

Tijdens de 24-uurs horizonobservatie verblijf je van zonsondergang tot zonsondergang aan de vloedlijn van het Haagse Zuiderstrand, met uitzicht op de horizon. Je doet dit in het gezelschap van maximaal 24 mede-observanten, samen met Helen, Bruno en Lars als initiatiefnemers en begeleiders van de ervaring.

In formatie

Na onze aankomst op het strand maken we een formatie op de plek tot waar we denken dat de volgende vloed zal reiken. We installeren ons zij-aan-zij, met een tussenruimte van ongeveer twee armlengtes (= ca 2 meter) tussen de stoelen. Het is de bedoeling dat het in de formatie 24 uur stil is. Het is niet erg als je je buur eens vraagt of hij/zij ook een stukje chocolade wil, maar het is niet de bedoeling dat er gesprekken en verhandelingen ontstaan.

Warmte & gezelschap

Om naast de stilte in de formatie ook ruimte te maken voor ontspanning, gezelligheid en gesprek, ontsteken we 50 meter achter ons een vuur. We doen dit bij aanvang van de observatie, met de bedoeling het 24 uur brandend te houden. Tijdens de nacht voorziet het vuur ook in warmte, die dan vaak erg welkom is. We beginnen de observatie met een gezamenlijke incheck aan het vuur, en ronden ook rond het vuur af met een gemeenschappelijke check-out. Meer over het in- en uitchecken lees je verderop in deze uitnodiging.



Horizonobservatie #8, 19.05.2018 - foto: Najib Nafid / Volkskrant

Beweegruimte

Tijdens de 24 uur ben je vrij om over het strand en door de duinen te bewegen. Een strandtent te bezoeken als je dat zou willen. Je hoeft dus niet 24 uur je mond te houden en stil te zitten. Het kan heerlijk zijn om op meerdere momenten tijdens de observatie een wandelingetje te maken, een duik te nemen, oefeningen te doen. Het is wel fijn als je daarmee anderen niet stoort of afleidt.

Elementen

24 uur buiten zijn is zowel uitdagend als bevrijdend. In veel van de eerdere observaties zijn alle gangbare weersomstandigheden wel voorbij gekomen. Zon, regen, zand, zout, wind, mist. Sterren en maan. Misschien zeevonk, of bijzondere wolkenformaties. Wat ook bijzonder is om mee te maken: de twee cycli van eb en vloed. Het nacht zien worden, en weer dag. Dieren zien en horen komen en gaan. En mensen. En de onvoorstelbare variatie in het uitzicht, zelfs bij schijnbaar gelijkblijvende weersomstandigheden. En natuurlijk de overvloed aan frisse lucht en de golven die onvermoeibaar op het strand blijven aanrollen.

Slapen

Het is goed mogelijk dat je op meerdere momenten tijdens de 24 uur in slaap valt. Dat is niet erg, en kan zelfs heel fijn zijn. Kamperen op het strand is echter bij wet verboden, dus dat doen we nadrukkelijk niet.

Afleiding

Het kan een uitdaging zijn, maar uiteindelijk een hele rijke; om je horloge thuis te laten, of in je tas. Net als je telefoon, computer en alles wat de neiging of eigenschap heeft om je aandacht te versnipperen en je onherroepelijk terugbrengt in de waan van de dag. Ook fotograferen doet dat, en zelfs tekenen of schilderen neemt je aandacht weg van je ervaring in het moment. En niet alleen jouw aandacht, maar ook die van je mede-observanten.

Veldbewustzijn

Het bestaansrecht van de horizonobservatie is om uit te nodigen tot het beleven van rust en ruimte. Die rust en ruimte zijn er te midden van het leven van alledag niet zomaar. We bereiden ze zorgvuldig voor en geven ze zorgvuldig vorm. Deze uitnodiging is er een belangrijk onderdeel van: het helpt de verwachtingen af te stemmen en mogelijke afleidingen vóór te zijn.

We beleven de horizon samen, en tegelijkertijd ieder voor zich. De gezamenlijkheid ontstaat doordat we tegelijkertijd op dezelfde plek en hetzelfde moment dezelfde omstandigheden beleven, maar ieder op zijn/haar volstrekt eigen manier. Het gemeenschappelijke veld zorgt voor de ruimte, bedding en veiligheid voor iedereen om zijn/haar eigen reis te beleven.

We vragen je om je tijdens de horizonobservatie bewust te zijn van het veld waarin we reizen, en van wat dat ons brengt. Zoals bij een vlucht ganzen zorgt die vanzelf voor de intelligentie die we nodig hebben om onze reis af te leggen en te volbrengen.

In het veld blijf je jezelf, vrij en verantwoordelijk, autonoom en soeverein. Het veld en de nabijheid van je mede-observanten zorgen voor veiligheid en comfort.

Je zult onze aandacht voor het veldbewustzijn op verschillende momenten tijdens en rondom de 24 uur bemerken. In het bijzonder bij het inchecken waarmee we het veld openen en ons verbinden aan de gemeenschappelijke reis die ons te beleven staat. En bij het uitchecken waarmee we het veld sluiten, zodat iedereen op eigen gelegenheid kan landen in zijn of haar dagelijks leven.

Verloop

We verzamelen een uur voor zonsondergang, bij de waterpomp tegenover Duivelandsestraat 77 in Den Haag. Van daar lopen we samen naar de vloedlijn, waar we ons in formatie installeren. Daarna maken we 50 meter achter ons een vuur, waaromheen we de 24 uur gezamenlijk beginnen met een check-in (hierover lees je verderop meer) en een maaltijd van meegebracht

lekkers. Terwijl het langzaam nacht wordt, kun je op je eigen moment afscheid kiezen om de rust aan de vloedlijn op te zoeken.

Tijdens de nacht is het rustig op het strand. Dat geeft je de gelegenheid om langzaam te verstillen en vertragen. Dat komt mooi uit tijdens de dag die volgt. Dan is het drukker op het strand, maar in de nacht hebben wij een cocon van rust en ruimte om onszelf heen gecreëerd, zodat die drukte grotendeels langs ons heen gaat.

Het wordt ochtend, middag, avond. En uiteindelijk gaat de zon weer onder. Wanneer we dat hebben zien gebeuren, pakken we onze spullen in en verzamelen ons weer rond het vuur. We checken uit met een korte deel- en dankronde. Daarna wandelen we terug naar de waterpomp waar het avontuur begon. Daar komen we een uur na zonsondergang weer aan.

Referenties

Als je een 24-uurs horizonobservatie met andere ervaringen zou willen vergelijken, dan zou dat een mix kunnen zijn van Interrail, een pelgrimstocht of een stilteretraite. Avontuurlijk is het sowieso, omdat je nooit precies kunt weten wat je te wachten staat. Zelfs niet als je al eerder een horizonobservatie hebt meegemaakt. Elke keer is er iets nieuws te beleven in de rust en ruimte die ontstaat.

*

Wat je van ons kunt verwachten

Wij (Helen, Bruno en Lars) bereiden de horizonobservatie met zorg en aandacht voor. Daar zijn we al enkele maanden voorafgaand aan de horizonobservatie mee begonnen. We treffen elkaar ongeveer eens per twee weken, in de maand voorafgaand aan de observatie zelfs wekelijks. Samen bespreken we hoe het reisgezelschap vorm krijgt. Beantwoorden we vragen die (aspirant-)deelnemers ons stellen en zorgen we dat iedereen zich zo goed mogelijk op de observatie voor kan bereiden.

In de aanloop

We zorgen er graag voor dat iedereen die instapt een helder beeld heeft over wat hem/haar te wachten staat. Dat is uitdagend voor een ervaring die voornamelijk uit Ruimte bestaat, die voor iedereen anders is, en waarin bovendien mag ontstaan wat ontstaat. Onze voorbereiding bestaat dan ook voor een groot deel uit het vormgeven van veilige en voedende randvoorwaarden, waarbinnen zoveel mogelijk ruimte kan ontstaan.

We doen dit door je dit document toe te sturen, en vragen die je hierover hebt met plezier te beantwoorden. Kies je ervoor om je aan te melden, dan heten we je daarna van harte welkom. We zullen je uitnodigen om te onderzoeken met welke beweegredenen je tot deelname hebt besloten, zodat je ook hiervan voor aanvang een helder beeld hebt.

Tien dagen voor de horizonobservatie sturen we je per post de praktische informatie die je op dat moment nodig hebt, en doen we je handreikingen om in aanloop naar de observatie al rust te creëren. Ook vragen we je wat je tijdens de horizonobservatie graag achter je wilt laten, en welk verlangen je in de rust en ruimte wilt voelen en voeden.

Tijdens de 24 uur, incheck en uitcheck

Op het strand zorgen we er met een incheck bij aanvang en een uitcheck ter afronding voor het openen van het veld waarin we reizen. De incheck bestaat uit twee of drie korte vragen en de uitnodiging aan alle deelnemers om zich met het beantwoorden van die vragen beschikbaar te maken voor het gezamenlijk avontuur. De incheck eindigt voor iedereen met het uitspreken van zijn/haar aanwezigheid met de woorden 'Ik ben er'.

De uitcheck bestaat uit het delen waar je jezelf en de andere deelnemers graag voor wilt bedanken alvorens we afscheid van elkaar nemen. Dat doen we uiteindelijk na het doven van het vuur en het oversteken van de duinen weer aan de waterpomp, op dezelfde plek waar we de dag ervoor verzamelden. Met het sluiten van het veld ontslaan we onszelf en elkaar van de verantwoordelijkheden die we tijdens de 24 uur met elkaar deelden, zodat iedereen vrij zijns en haars wegs kan gaan.

Tijdens de 24 uur, voorzieningen

Tijdens de nacht krijgen we de sleutel van de toiletvoorziening van Strandtent De Fuut, waar we gebruik van mogen maken. Ook zorgen we voor hout voor het vuur. Eén van ons twee kun je altijd vinden in de formatie, óf bij het vuur, beschikbaar voor vragen of om iets van wat je ervaart te delen. Ook hebben we een EHBO-koffertje voor kleine ongemakken.

Bruno zorgt op een moment dat zich daarvoor leent, voor een groepszelfportret. Dat laten we na afloop afdrukken en sturen we je toe, zodat je gegarandeerd een mooi tastbaar en deelbaar aandenken aan de horizonobservatie overhoudt.

Na de 24 uur

In de twee dagen na de horizonobservatie sturen we je een mail om te informeren hoe je bent geland in het dagelijks leven. En wij daar eventueel nog aan kunnen bijdragen. Wanneer je informatie met mede-observanten wilt uitwisselen, faciliteren wij dat met plezier. Twee weken na de horizonobservatie sturen we je per post de groepsfoto ter herinnering van je deelname.

*



Wandelroute van de ontmoetingsplek naar de observatieplek

Wat je van andere deelnemers kunt verwachten

We reizen in een gemeenschappelijk veld, waarvoor ook ieder individueel verantwoordelijkheid voor draagt.

Je kunt van andere deelnemers verwachten dat zij zich, net als jij, concentreren op hun eigen ervaring. Dat we het tegelijkertijd samen doen, maar ieder voor zichzelf en op zijn/haar eigen manier. Zorg ervoor dat je niet op andere deelnemers hoeft te leunen, of specifieke verwachtingen van ze hebt. Misschien vindt je buurman of -vrouw het fijn om veel tijd aan het vuur door te brengen, waardoor jij een lege stoel naast je hebt. Misschien vind je dat onprettig en voelt de horizonobservatie dan minder gezamenlijk. Als je het als een gegeven kunt beschouwen dat los van jou bestaat, helpt dat je om terug te komen bij de horizon. De rust en ruimte en wat daar wél in te beleven is, in plaats van wat je mist.

Door dat te doen, help je jezelf en je medereizigers om volledig hun eigen vrijheid en verantwoordelijkheid te nemen voor wat jij wilt beleven, en hoe zij dat doen.

*



Horizonobservatie #8, 19.05.2018 - foto: Najib Nafid / Volkskrant

Wat aan jou is

Wat je in praktische zin nodig hebt, neem je zelf en voor jezelf mee. Je eigen stoel, eten, drinken, kleding. Als je wilt: beschuttingsmateriaal zoals een paraplu, parasol of windscherm.

Om ervoor te zorgen dat je niets belangrijks vergeet, en ook geen spullen meeneemt die je toch niet nodig hebt, sturen we je in de week voorafgaand aan de horizonobservatie een paklijst. Je ontvangt die per post en per e-mail. Zodat je hem ook fysiek kunt afstrepen en ook het vergaren van je uitrusting in zoveel mogelijk rust en ruimte kunt doen.

Beweegredenen

We zullen je in aanloop naar de horizonobservatie vragen of je goed wilt nadenken over je beweegredenen om deel te nemen en die ook wilt opschrijven. Het liefst in de vorm van een vraag. Iets waar je benieuwd naar bent te beleven of te weten te komen tijdens de horizonobservatie. Zodat je tijdens momenten van weerstand (bijvoorbeeld als je het koud krijgt, je verveelt, of je anderszins afvraagt waarom je dit ook alweer wilde) gemakkelijk opnieuw bij je oorspronkelijke motivatie kunt komen. Om daar nieuwe energie mee vrij te maken om het avontuur in alle volledigheid te beleven.

Vorbereiding

Het is fijn om rondom de horizonobservatie wat extra rust in te plannen. Zodat het in de dagen van tevoren al langzaam rustiger wordt en je dus al vooruit van je deelname kunt genieten. En ook op het strand nog meer rust en ruimte kunt ervaren

Op dezelfde manier is het fijn als je na afloop ruimte hebt om de tijd te nemen om weer in het leven van alledag te landen. Alledag kan na de horizonobservatie nog gemakkelijk een paar dagen harder binnenkomen dan normaal. We besteden hier in de voorbereiding nog op een aantal momenten aandacht aan, zodat je het herkent als je een turbulente landing ervaart.

*



24-uurs horizonobservatie #7, 'Kiezen voor Rust en Ruimte', 21.09.2017 - foto: Frank Jansen / AD

Bijsluiter

We kiezen er tijdens de horizonobservatie voor om de weersomstandigheden te nemen voor wat ze zijn. De horizonobservatie gaat dus onder alle weersomstandigheden door, met uitzondering van aannemelijk levensgevaar.

De horizonobservatie is niet alleen maar leuk. Er komen momenten van afzien en uitdaging. Van verveling en ongemak. Van jezelf tegenkomen. Van willen uitstappen en toch weer instappen. Dat zijn leerzame ervaringen, maar niet altijd makkelijk. Als je je beweegreden voor deelname helder hebt, kunnen die je gemakkelijk over moeilijkere momenten heen tillen. Ook de gezamenlijkheid van de ervaring kan dat doen.

Zorg tijdens en rondom de horizonobservatie goed voor jezelf en onderbreek de ervaring als dat nodig is. Laat het weten als we je ergens mee kunnen helpen.

*



Over de ontstaansgeschiedenis

De eerste 24-uurs horizonobservatie vond plaats op 10 april 2013. In 2012 had Bruno met een machine een jaar lang ieder uur de horizon gefotografeerd (zie: over ons). Vanuit de wens om de rust en ruimte van de horizon in boekvorm te vatten, raakte hij en projectpartner Lie van Schelven benieuwd wat je zou ervaren wanneer je 24 uur met de horizon doorbrengt. Dat bleek vooral Avontuur te zijn. Om vanuit benieuwdheid het onbekende tegemoet te reizen, met inbegrip van alles wat daaraan mooi en misschien minder mooi is. Als kunstwerk-in-boekvorm is NEW HORIZONS ook precies daarover komen te gaan. Over het avontuur van de levensreis om precies te zijn. Van thuis naar thuis, in de grootst en kleinst mogelijke cycli.

Sinds de eerste editie in 2013 heeft de 24-uurs horizonobservatie een geheel eigen bestaansrecht gekregen, dat nog altijd voortbordurt op de wens om rust en ruimte zichtbaar en deelbaar te maken. Zo'n 100 mensen hebben inmiddels één of meerdere edities meegemaakt. Eerdere medeorganisatoren waren Lie van Schelven, Sarah Schützle, Mario van Megen. De voorbije drie edities werden vormgegeven door Bruno van den Elshout en Hanneke van der Werf.

Helen heeft in 2019 deelgenomen aan de 12e horizonobservatie, met de bedoeling de 13e mee vorm te geven. Lars nam in 2018 deel, en co-organiseerde in 2019 de eerste corporate edition van de horizonobservatie.

*



NEW HORIZONS als kunstwerk-in-boekvorm - foto: Carel Franssen / The Eriskay Connection

Over ons: Helen (links), Lars (midden) & Bruno (rechts)



Helen: "Ik ben in 1976 geboren. Mijn vader is Engels, mijn moeder Nederlands. Ik groeide op in Duitsland en studeerde daarna in Engeland. Mijn eerste baan was als onderwijzer Engels in Japan. In 2001 kwam ik in Den Haag wonen en werken. Ik ben hier sindsdien, met enkele korte pauzes in Canada, Ierland en India, gebleven.

Ik werkte in diplomatieke diensten, olie en gas en daarna in de culturele sector. Sinds 2019 werk ik als zelfstandig vertaler (Nederlands > Engels) in mijn bedrijf [First Aid for Text](#). Ook draag ik graag bij aan bijzondere culturele en creatieve initiatieven, zoals nu aan het organiseren van de horizonobservatie.

Ik woon op 20 minuten wandelen van het Zuiderstrand, samen met mijn man Martin en onze zoon Flynn. Het is heerlijk om zo dichtbij zee te wonen, en de belangrijkste reden om in Den Haag te blijven wonen. Ik woon dichtbij de plek van de 24-uurs horizonobservatie. Toch duurde het tot de 12e editie voor ik deelnam. Het was een unieke en onvergetelijke ervaring, die ik ook graag voor anderen help mogelijkmaken."

*

Lars: "Mijn naam is Lars Doyer, 48 jaar en sinds 2012 wonend aan het Koningsplein in Den Haag met mijn vrouw Maaïke, dochter Jelka (5 jaar) en zoon Boris (3 jaar). Vraagstukken rond beweging, verandering en transformatie in mensen en organisaties of systemen houden mij al mijn hele leven bezig. Ik heb daar ook mijn werk van gemaakt: het meemaken van processen waar verandering en beïnvloeding aan de orde is. Voor mij gaat het daarbij altijd om een beweging naar binnen (vragen over persoonlijke zin en onzin, zinnigheid en zinnelijkheid) en naar buiten (de zin van de verbinding met anderen).

Vanuit mijn eerste horizonobservatie in 2018 is bij mij het vuur aangewakkerd om dit een volgende keer mee te maken. Dat heeft een aantal wezenlijke ontmoetingen met Bruno opgeleverd en in augustus 2019 de eerste 'corporate horizonobservatie' die we samen hebben georganiseerd. Mijn uitnodiging aan mijzelf en anderen is om veel vaker te kiezen voor rust en ruimte zodat de onverdeelde aandacht kan ontstaan voor een wezenlijke ontmoeting. Met jezelf en wat zich aandient. Om te weten wat je daarna te doen staat."

Bruno: “Ik ben in 1979 geboren in Den Haag en heb er, op drie jaar na, mijn hele leven gewoond. Sinds 2009 woon ik in de Bomenbuurt, samen met mijn vriendin Sanne (36) en inmiddels drie kinderen. Lasse is geboren in 2009, Elin in 2014, Marinthe in 2018.

Hoewel ik oorspronkelijk International Business studeerde, heb ik de afgelopen 10 jaar autonoom gewerkt. Eerst als fotograaf, later als kunstenaar.

Mijn eerste grote project was [Us Europeans](#). Dat bestond uit een jaarlange rondreis door alle 27 EU-landen om 2700 jongeren te interviewen over hun dagelijks leven. Vanuit de wens om rust en ruimte zichtbaar en deelbaar te maken, fotografeerde ik in 2012 een jaar lang ieder uur de Noordzeehorizon. Van dit project ([NEW HORIZONS](#)) verscheen een omvangrijke boekpublicatie. Op dit moment werk ik weer aan een boek. Daarin wil ik de 144 portretten bundelen uit het project [Whatever the Weather](#). Daarvoor onderzocht ik het thema Wezenlijke Ontmoeting en de waarde van onverdeelde aandacht.

De 24-uurs horizonobservatie was voor mij in eerste instantie een groot avontuur. Na de ervaring van 12 edities beleef ik de observatie als een terugkerende voorjaars schoonmaak. Alle deuren tegen elkaar open zetten en het even flink laten doorwaaien. Weg stof, welkom ruimte. En welkom wat er uit die ruimte steeds weer ontstaat aan nieuwe ideeën, inzichten, doorkijkjes - al gebeurt dat meestal na afloop. Tijdens de horizonobservatie is er vooral heel veel ruimte om van te genieten. En om mensen toe uit te nodigen, wat ik met veel plezier doe.

Wil je weten wanneer de volgende horizonobservatie plaatsvindt,
en tot wanneer je je ervoor kunt inschrijven?

Kijk op
www.24-uurshorizonobservatie.nl

*

DINSDAG 24 JULI 2018

Kunst Media Eten Film Leven Mode Fotografie Theater Televisie

de Volkskrant



OP INSTIGATIE VAN
KUNSTENAAR BRUNO VAN DEN
ELSHOUT **24 UUR KIJKEN**
NAAR DE HORIZON, IS DAT
HEILZAAM? V PROBEERDE
HET UIT.

24-uursvergezicht

Foto Najib Nafid

Stephen Emmer,
vrij man

MEESTER VAN TV-TUNES OVER PRIJS-
WINNEND ALBUM **PAG 6**

'Universitair
docent? Joh!'

AFKOMST EN HISTORICUS NADIA
BOURAS **PAG 8**

Rel rond
James Gunn

ONTSLAG GUARDIANS OF THE
GALAXY-BEDENKER **PAG 11**