

HEIDEMARIE SCHWERMER LEEFT  
AL ZESTIEN JAAR ZONDER GELD

“Ik streef alleen  
nog na wat ik  
echt nodig heb”

ZE HEEFT GEEN WONING MEER,  
GEEN GELD EN AMPER BEZITTINGEN.  
TOCH VOELT HEIDEMARIE SCHWER-  
MER, BEZIELSTER VAN DE DUITSE GIB  
& NIMM-BEWEGING, ZICH RIJKER  
DAN OOI. ZESTIEN JAAR GELEDEN  
BESLOOT DE PSYCHOTHEPEUTE  
OM – BIJ WIJZE VAN EXPERIMENT –  
EEN JAAR LANG ZONDER GELD TE LE-  
VEN. HET OPENDE DE DEUR NAAR  
EEN TOTAAL NIEUW LEVEN.



**Heidemarie Schwemer:** “De vraag wat ik persoonlijk kon doen voor de minderbedeelden in de wereld, heeft me van kinds af aan beziggehouden. Zestien jaar geleden heb ik *Gib & Nimm* (Geef & Neem) opgericht, een van de eerste ruilgroepen in Duitsland. Daarin ruilen leden spullen en diensten met elkaar zonder uitwisseling van geld. Zo wilde ik de discrepantie tussen arm en rijk verkleinen en daklozen de kans geven om weer constructief mee te draaien in de gemeenschap.

Doordat ik de ruilkring leidde, ruilde ik uiteraard ook zelf veel en zo merkte ik dat ik steeds minder geld nodig had. Uiteindelijk besloot ik om uit te zoeken of het mogelijk is om in een land als Duitsland volledig zonder geld te leven. Ik heb al mijn bezittingen weggegeven, mijn job als leerkracht opgezegd en uiteindelijk ook mijn huis opgegeven. Ik paste op huizen in ruil voor onderdak, hielp af en toe bij een biologische winkel en bakker in ruil voor niet-verkochte voeding en brood, en ga zo maar door. Ik kwam in contact met mensen van elke levenswandel en leerde een totaal nieuwe rijkdom kennen. Een innerlijke rijkdom die los stond van materieel bezit. Ik wilde het experiment eigenlijk een jaar lang volhouden. Maar mijn nieuwe leven was zo mooi, licht, avontuurlijk en vrij, dat ik nooit meer terug wilde naar vroeger. Ondertussen leef ik al zestien jaar zonder geld. Alles wat ik heb, past in een trolley en ik woon nooit langer dan een week op dezelfde plek. Ik geef veel voordrachten en workshops, vooral in Duitsland, Oostenrijk, Noord-Italië en Zwitserland. Eigenlijk ben ik altijd wel onderweg.”

**Hoop je via die voordrachten en workshops anderen te inspireren om in je voetsporen te treden?**

**Heidemarie:** “Ik ben geen missionaris. Niemand hoeft mijn voorbeeld te volgen. Wel hoop ik mensen met mijn verhaal moed en inspiratie te geven om hun eigen weg te vinden en te gaan. Ik zie het als mijn taak om zaadjes te strooien. De manier waarop ik leef, lijkt voor velen onmogelijk, terwijl ik net geloof dat dit de toekomst is. Doorheen de jaren ben ik meer dan eens versleten voor gek, klaploper, armoedzaaiër of provocateur. Vandaag gebeurt dat nog maar zelden. Men begrijpt en respecteert steeds beter hoe ik leef en wat mijn drijfveren zijn.

Ik krijg soms wel de vraag of ik ooit een trauma heb opgelopen waardoor ik voor deze extreme leefsituatie kies. Dan antwoord ik dat mijn trauma de wereldsituatie is. Dagelijks sterven mensen van honger, terwijl de rijken steeds rijker worden en er enorm veel

**HEIDEMARIE:**

*“Ik blijf het verbazingwekkend vinden hoe snel de dingen die ik vraag naar me toekomen”*

wordt verspild. Het is niet zo dat ik geld als iets duivels beschouw. Als middel om dingen te organiseren, heeft het zeker zijn functie gehad. Maar als geld het onderscheid tussen mensen versterkt en we aan geldbezit macht, aanzien en eigenwaarde ontlenuen, klopt er iets niet. Het is tijd voor een nieuwe wereld waarin geld volgens mij geen plaats meer zal hebben. De nadruk zal op de innerlijke waarde liggen.”

**Je levenswijze, zonder enige zekerheid, vraagt toch een enorm vertrouwen?**

**Heidemarie:** “Inderdaad, en dat is een heel groeiproces geweest met de nodige daarbij horende groeipijnen. Ik heb veel angsten moeten overwinnen, ook voor ziekte en voor de dood. Mijn moeder en haar zussen zijn aan darmkanker gestorven en ik heb zelf jarenlang pijn gehad in mijn darmen. Toen ik eens in het huis van een arts verbleef die ook lid was van *Gib & Nimm* en hem vertelde over die pijn, werd hij boos. Ik ging nooit naar de dokter en had mijn ziekteverzekering →

## Luxe is leven met wat je echt nodig hebt

*“Ik heb geen eigen dak boven mijn hoofd, zelfs geen gehuurd. Ik weet vandaag niet wat ik morgen zal eten, hoe ik van de ene plek naar de andere zal gaan. Ook andere evidenties zijn in mijn leven niet zo vanzelfsprekend omdat ik al jaren geen geld meer gebruik. Toch wordt mijn levenskwaliteit steeds groter. Er is van alles genoeg. En meer, zodat ik veel weer kan doorgeven omdat ik me niet met overvloedige zaken belast. De prioriteiten in mijn leven zijn verschoven. Mijn levenswijze is niet gebaseerd op afstand of ascese, maar op eenvoud. Ik streef enkel datgene na wat ik echt nodig heb. Daardoor heb ik meer tijd voor het wezenlijke. De tijd die ik zinvol kan besteden en de vreugde die daaruit voortvloeit, vormen nu de luxe in mijn leven.”*

Vrij vertaald fragment uit *Lebensqualität – weniger ist mehr* op [www.heidemarieschwemer.com](http://www.heidemarieschwemer.com)



“Ik geloof dat dit de toekomst is”

ring toen ook al opgezegd, maar hij stond erop dat ik darmonderzoeken zou laten doen. Hij zou er persoonlijk voor zorgen. Toen heb ik me afgevraagd: wat doe ik hiermee? Onderbreek ik nu mijn experiment en ga ik naar een arts? Dat proces heeft drie dagen geduurd en was heel heftig. Uiteindelijk dacht ik: neen, dan sterf ik maar. Diezelfde dag verdween de pijn.

Ik heb ook angst gehad om te verhongeren. Als ik op iemands woning let of bij iemand verblijf, is er meestal ook wat te eten voorzien, maar drie jaar geleden was ik in een huis waar helemaal niets te eten was. Ik had gerust een vriendin uit de buurt kunnen bellen, maar ik wilde er zelf doorheen. Ik moest in die angst gaan en heb me opnieuw op besterven voorbereid. Uiteindelijk zei mijn

naar me toekomen. Het sterkt me telkens weer in het vertrouwen dat er ten allen tijde voor ons wordt gezorgd.”

#### Je gaf je ziekteverzekering op. Waarom deed je dat?

**Heidemarie:** “Onze samenleving is gebouwd op angst. We moeten ons tegen alles verzekeren zodat ons vooral niets kan overkomen. Vroeger liep ik voor het minste kwaaltje naar de arts en slikte ik regelmatig medicijnen, maar op een bepaald moment besloot ik om de verantwoordelijk voor mijn gezondheid in eigen handen te nemen. Ik paste mijn voeding aan, zorgde voor voldoende beweging en legde mijn vertrouwen in mijn zelfhelende vermogens. Ik ging vegetarisch eten, minder koffie en alcohol drinken en begon yoga te beoefenen. Door mijn leefgewoonten te bekijken en daarin steeds opnieuw veranderingen aan te brengen, merkte ik hoeveel vrijer en beter ik me ging voelen.

## aha! moment

“Omdat ik weet dat alles wat goed voor me is op het juiste moment naar me toekomt, kan ik rustig alle verwachtingen laten varen. Natuurlijk wil ik vaak graag iets hebben, maar als het niet direct in vervulling gaat, raak ik niet meer teleurgesteld, maar weet ik zeker dat het tijdstip niet het juiste was, dat het zo niet moest zijn. Dankbaar geniet ik in plaats daarvan van alles wat ik heb. En meestal komt datgene wat ik wilde toch nog. Later.”

Mijn angst voor ziekte heb ik losgelaten, maar dat ik niet ziek word, zeg ik niet meer. Dat is hoogmoed. Als ik nu ergens pijn of een ongemak voel, leg ik mijn handen erop en heel ik mezelf. Dat heb ik geleerd. Ook jij kunt dat. We stammen allemaal af van dezelfde goddelijke bron, we hebben allemaal heilende krachten. Ik zal me wel altijd de vraag stellen wat een ziekte of pijn me wil vertellen. Het zijn boodschappen van je lichaam waar een les in schuilt. Als je die eenmaal hebt begrepen en ernaar handelt, verdwijnen de symptomen meestal vanzelf. Ik heb ook geleerd dat er geen goed of slecht bestaat. Alles is goed en alles gebeurt om een heel goede reden.”

#### Je ontwierp ook een Gib & Nimm-sticker waar een hele filosofie achter zit.

**Heidemarie:** “Er zijn veel mensen die al aan de wereld van morgen bouwen, maar die van elkanders bestaan niets afweten. Ik wilde een verbinding creëren, een duidelijk teken waaraan we elkaar herkennen. Die sticker kun je op je wagen kleven om aan te geven dat je die gerust wilt delen of iemand een lift wil geven, of je kunt hem op je huis kleven om te tonen dat je deur ook open staat voor logies, hulp of gezelschap van mensen die je nog niet kent. Er zijn zoveel mogelijkheden. Je kunt je aansluiten bij een ruilkring of een geef- en neemkoffer in huis plaatsen met spullen die je niet meer nodig hebt en waaruit bezoekers mogen meenemen wat ze kunnen gebruiken.”

**In België en Nederland zijn er ook ruilgroepen met complementaire munten actief. De leden lijken heel enthousiast, maar op grote schaal vindt het concept nog geen ingang. Hoe komt dat volgens jou?**

“Ik wilde het experiment eigenlijk een jaar lang volhouden. Maar mijn nieuwe leven was zo mooi, licht, avontuurlijk en vrij, dat ik nooit meer terug wilde naar vroeger”



**Heidemarie:** “Ruilgroepen zijn een aanzet tot anders denken. Mensen kunnen er hun capaciteiten ontwikkelen en doorgeven, nieuwe waarden ontdekken en in hun kracht komen. Ze groeien dichterbij elkaar toe, delen dingen in plaats van met hun ellebogen hun eigen plaats op te eisen en worden attenter voor de noden van anderen. Op zich is dat natuurlijk schitterend. Toch kunnen ruilcirkels, zoals ze nu meestal gehandhaafd worden, eigenlijk alleen een begin zijn. Er wordt immers nog altijd afgerekend, al is het dan met credits. *Gib & Nimm* zoals ik het vandaag zie, omvat veel meer en heeft niets meer met afrekenen te maken. Het gaat om naar binnen kijken en om de verbinding met jezelf en met het grotere geheel herstellen. Dan komen geven en nemen vanzelf in evenwicht. Je vraagt je niet meer af: als ik dit of dat doe, wat krijg ik er dan voor in de plaats? Het gaat niet meer om ruilen, maar om delen. Dat is totaal iets anders. Maar die idee begrijpen de meeste mensen nog niet. Niet erg. Het komt wel als de tijd er rijp voor is.”

#### Hoe zie je de wereld van morgen dan?

**Heidemarie:** “Ik zie een heel eenvoudige nieuwe wereld. Niet terug naar het stenen tijdperk – dus gerust met inbegrip van internet en alle moderne verworvenheden – maar wel veel eenvoudiger. Vandaag stoppen mensen veel energie in het veranderen van de buitenkant, in mooie kleren kopen en zo. Op zich is daar natuurlijk niets fout mee, maar in de toekomst zal dat niet meer de hoofdzaak zijn. We zullen ondervinden wat een immens geluk er ontstaat als je mét elkaar leeft in plaats van tegenover elkaar. Dan vragen we ons niet meer af: hoe kan ik de ander afzetten, maar: wat kan ik de ander schenken, wat zullen we samen eens doen en hoe kan ik de ander helpen bij een probleem? Zo leef ik nu al: eenvoudig en paradijslijk. De kleinste dingen verschaffen me vreugde omdat ik ze met liefde en zorg doe. Vanochtend heb ik twee kamers gepoetst in het huis waar ik nu verblijf. De vrouw die hier woont, poetst niet zo graag, terwijl ik – die geen eigen huis heb – er zoveel plezier aan heb beleefd om dat voor haar te kunnen doen.”

#### Wat is volgens jou de grootste uitdaging van deze tijd?

**Heidemarie:** “Erkennen dat het huidige systeem niet verder kan blijven bestaan en de oude structuren durven loslaten. Het wordt tijd dat we weer ontdekken wat werkelijk belangrijk is, dat ieder mens zijn eigen potentieel ontwikkelt en de verantwoordelijkheid opneemt om actief iets waardevols bij te dragen aan het geheel. In onze huidige wereld wordt het individualisme gecultiveerd. Bijna alles draait om geld. We scheiden alles, terwijl we allemaal één zijn. Organen in hetzelfde lichaam, deel van hetzelfde grotere geheel. Stel je een lichaam voor waarin de maag tegen de darm zegt: ‘Kom, laten we het hart pesten.’ Dan richten ze het hele lichaam en dus ook zichzelf ten gronde.

De wereld kan zo mooi zijn als we elkaar niet langer beconcurreren, maar respecteren en ondersteunen. Als we ons hart openen voor elkaar en het zwaartepunt verleggen van *hebben* naar *zijn*. Elk individu heeft bekwaamheden en kwaliteiten. Elk heeft een unieke functie en plaats in het geheel. We moeten leren om weer verdraagzaam te zijn. Om elkaar niet langer te veroordelen, maar in ieder wezen de kern te zien die ons met elkaar verbindt. Ik ben zoals jij. Jij bent zoals ik.”

Meer weten? [www.heidemarieschwermer.com](http://www.heidemarieschwermer.com) en

[www.livingwithoutmoney.tv](http://www.livingwithoutmoney.tv)

Verder lezen? *Een rijk leven zonder geld*, door Heidemarie Schwermer, Genoeg, €11,95



We geven 10 dvd's van de film *Living Without Money* weg aan 10 lezers die ons op [www.changethinkpositive.be](http://www.changethinkpositive.be) of [nl](http://nl) vertellen hoe zij het zouden rooien zonder centen. De dvd's zijn een echte primeur want de film is voor Kerstmis nergens te verkrijgen!



## Leven zonder geld: de film!

Dit najaar verschijnt de prent *Living without Money*, waarin de Noors filmmaakster Line

Halvorsen de filosofie en het

dagelijkse leven van Heidemarie Schwermer in beeld brengt. Ze zoomt in op thema's als materialisme, overconsumptie en de invloed die geld heeft op onze denkwijze, onze levens en de wereld.

Het leven zoals het is zonder geld.