

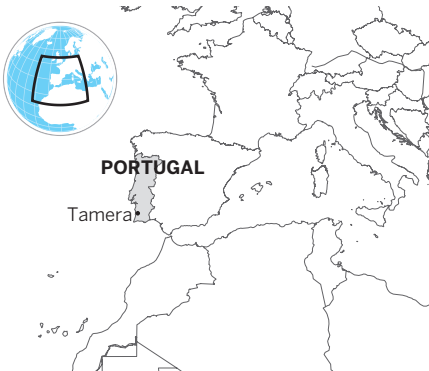
De Volkskrant, 4/9/2025

De vrije liefde als remedie tegen geweld

First the newspaper edition in Dutch, then an English translation with many more pictures.

Eigen Wereld

TAMERA, PORTUGAL



■ **Wie:**
Leefgemeenschap Tamera
in Portugal

■ **Hoofdpersoon:**
Sabine Lichtenfels (70)

■ **Hoe groot is
de gemeenschap:**
Circa 150 vaste bewoners,
met daarnaast gemiddeld
100 bezoekers, die soms
maanden blijven

■ **Wat kenmerkt
de gemeenschap:**
Een geloof in de vrije liefde als
manier om de wereld te
genezen van geweld

De Portugese regio Alentejo werkt als een magneet op alternatieve geesten. Leefgemeenschap Tamera wil er met haar geloof in vrije liefde en seksualiteit een prototype vormen voor een geweldloze wereld.

Door **Dion Mebius**
Foto's **César Dezfuli**



Sabine Lichtenfels is de levenspartner van Tamera-oprichter Dieter Duhm en is de prominentste figuur binnen de gemeenschap.

Leonne Brus (27) gaat voor over het pad, dat is platgetreden door eerdere bezoekers van de Love Space. ‘Een keer wilde ik hier met een man heen’, zegt ze tussen de hoge en plakkerige cistusrozen. Het geknisper van haar voetstappen begeleidt haar warme stem. ‘Toen heeft iemand me de weg laten zien.’

Aan het einde van de dichte begroeiing doemt een hut op in de vorm van een halve cilinder. Met een dak van lichtgrijs zeil lijkt het wel een leger-tent. Dit is dus de Love Space: een plek voor de bewoners van Tamera om te knuffelen, elkaar te masseren of seks te hebben.

Met nog een paar meter te gaan tot de hut komt Brus met een schok tot stilstand. Aan een paal hangt een houten bordje. ‘Try later’, staat er in roze en rode letters. ‘Ssst. Hij is bezet’, fluistert

Brus over haar schouder. Dan, hardop naar de gebruikers van de Love Space: ‘Enjoy!’

Welkom in Tamera: een gemeenschap van mensen die leven naar het ideaal van de vrije liefde. Dat doen ze in de Alentejo, een regio in het dorre zuiden van Portugal met een magnetische werking op alternatieve geesten.

Sinds de oprichting van Tamera in 1995 is de gemeenschap gegroeid tot zo’n honderdvijftig bewoners. Deze ‘Tamerianen’ leven in caravans, verspreid over een terrein van krap anderhalve vierkante kilometer. De meerderheid is Duits, maar er zijn ook Tamerianen uit de rest van Europa, uit het Midden-Oosten en uit de Amerika’s.

Naast de vaste bewoners lopen er in Tamera gemiddeld honderd ‘gasten’ rond. Dit zijn bezoekers die weken- tot wel maandenlang blijven, soms met het doel om erachter te komen of ze

definitief in Tamera zouden kunnen wonen. Deze gasten slapen in tenten of in een slaapzaal in een van de weinige gebouwen.

Leonne Brus is zo’n tijdelijke bewoner. Na haar studie Spaans aan de Rijksuniversiteit Groningen, en een gestrande monogame relatie, kwam de Nederlandse in het najaar van 2024 voor het eerst naar Tamera. In april keerde ze terug, dit keer om tot november te blijven. ‘Ik voel me weer een tiener. Het is een heel nieuwe cultuur.’

Centraal in die cultuur staan vrije liefde en seksualiteit. Zelf spreken de Tamerianen liever van ‘liefde vrij van angst’: een angst die zich uit in jaloezie en bezitterigheid, gevoelens die vaak als de natuurlijke schaduwkant van de liefde worden gezien. In Tamera proberen de bewoners zich van die schaduwkant te bevrijden. Hier is het normaal om openlijk uit te spreken tot wie je

In deze zomerse serie gaan correspondenten van de Volkskrant op zoek naar gemeenschappen die zich hebben teruggetrokken uit de samenleving. Hoe ziet hun isolement eruit, en wat zegt het over de cultuur van een land? Dit is de laatste aflevering, lees alle andere op volkskrant.nl/eigenwereld



Bewoners en gasten bezoeken de jaarlijkse Summer University. Boven, onder andere: een van de Love Spaces.

je aangetrokken voelt – en daar ook naar te handelen. Verreweg de meeste bewoners hebben meerdere liefdes- en/of bedpartners.

De geestelijk vader van Tamera is de Duitse Dieter Duhm (82). Geboren tijdens de Tweede Wereldoorlog en ideologisch gerijpt in de protesten tegen de Vietnamoorlog, zocht Duhm een antwoord op de gruwelen van zijn tijd. Hij raakte geïnspireerd door het werk van psychoanalyticus Wilhelm Reich, die de onderdrukking van onze erotische instincten zag als de hoofdoorzaak van geweld. Het idee om deze instincten vrij baan te geven, in een eigen gemeenschap, kreeg Duhm naar eigen zeggen in intens contact met het bovennatuurlijke.

Na jaren van opstartproblemen in Duitsland, waar hij er in de media van werd beschuldigd

een sekssekte te leiden, viel de keuze op Portugal. Dankzij donaties konden Duhm en vier geestverwanten daar dertig jaar geleden de grond voor Tamera kopen.

Intussen had Duhm geschaafd aan een allesomvattende theorie voor het helen van de wereld via de vrije liefde. Die voert langs ‘morfogenetische velden’ naar een ‘heilige matrix’. Kort door de bocht: volgens Duhm hoeven er op de hele planeet maar een handvol Tamera’s te ontstaan om een kettingreactie op gang te brengen. Die zal leiden tot een wereld zonder geweld. Voor die pseudowetenschappelijke theorie bestaat geen snipper bewijs. ‘De enige manier om dat bewijs te leveren’, zegt Sabine Lichtenfels, ‘is als de theorie ooit uitkomt.’

Als levenspartner van Duhm is Lichtenfels (70) vanaf het begin betrokken bij Tamera. Zij

was het die de locatie in Portugal vond. Ook de naam is aan haar te danken: volgens Lichtenfels kwam ‘Tamera’ tot haar tijdens het mediteren.

Sinds Duhm aan chronische gordelroos lijdt, een ziekte die zijn zenuwstelsel aantast, is Lichtenfels de prominentste figuur binnen de gemeenschap. Gestoken in een lange witte jurk en met een turquoise amulet om haar nek, ontvangt ze in een houten vakantiehuisje dat als haar kantoor dient. ‘Als je monogaam wilt leven: blijf alsjeblieft monogaam’, zegt Lichtenfels. ‘Maar als één van de twee de relatie wil openen, zeggen wij: lieg er niet over.’

De Tamerianen delen hun diepste gevoelens in groepsessies, die ze fora noemen. Een persoon stelt zich op in het midden van een kring van andere bewoners en uit zijn of haar gevoelens. De spreker wordt daarin begeleid door de

‘forumleider’, een andere Tameriaan die vragen stelt. De rest kijkt zwijgend toe.

Een vrouw zegt dat ze zich aangetrokken voelt tot een andere bewoner, die niet haar partner is. Dit maakt een hoop emoties los. Bij de vrouw, die haar schaamte moet overwinnen. Bij haar partner, die mogelijk een oprisping van jaloezie ervaart. En bij de andere bewoner, die zich geveild of misschien in verlegenheid gebracht voelt.

Een samenleving waarin zulke emoties bespreekbaar zijn, is volgens Lichtenfels gestoeld op vertrouwen. ‘De enige manier om je partner trouw te kunnen blijven, is als je ook anderen mag liefhebben.’ Dat doen de Tamerianen onder meer in de Love Spaces: hutten en caravans met bedden voor gemeenschappelijk gebruik. Daarnaast staan een doos condooms, een flesje glijmiddel en een rol wc-papier.

Op sommige avonden, zoals wanneer er een concert of feest is georganiseerd, ‘hangt er heel veel eros in de lucht’, zegt de Nederlandse Brus. ‘Dan zoenen opeens heel veel mensen met elkaar, en gaan er een paar naar Love Spaces. Maar de dag erna zitten daar dan niet ineens allerlei verwachtingen aan vast. Dat vind ik heel fijn.’

Het dorre land waarop de Love Spaces zijn neergezet, is in de handen van de Tamerianen veranderd in een oase. In drie decennia hebben zij indrukwekkende meren aangelegd, gevuld met het schaarse regenwater. Rondom de meren groeit volop groen, waarin wilde zwijnen schuilen voor de Portugese jagers in de omgeving.

Langs de oever van het grootste meer is in de verte een groepje kinderen te zien. Tussen het riet spelen ze in het water met schuimrubberen zwemvondels. Voor bezoekers worden de circa dertig kinderen in Tamera, van wie velen hier geboren zijn, goeddeels uit het zicht gehouden.

De kinderen hebben soms meerdere vader- of moederfiguren. Dat hangt af van de relaties van hun ouders. Les krijgen ze op een schoolje op het Tamera-terrein, al moeten ze wel de reguliere Portugese schoolexamens afleggen.

Ook de dochter van A’ida Al-Shibli groeide zo op. ‘Nu woont ze in Berlijn, de grote stad. Maar ze vond het heerlijk hier’, zegt Al-Shibli (53), een Palestijnse die achttien jaar geleden naar Tamera verhuisde. Ze leeft er in niet één maar twee caravans, met daartussen een doek gespannen om de felle zonnestralen te dimmen.

Na de tweede intifada besloot Al-Shibli, die als verpleegkundige in Jeruzalem werkte, uit Palestina te vertrekken. De repressie op straat nam toe; ze gunde haar dochter een ander, zorgelozer leven. In de zoektocht naar een nieuwe gemeenschap kwam de vrijgevochten Al-Shibli uit bij Tamera. Ze kon zich vinden in de filosofie – in Palestina had ze zelf gezien wat hebzucht met de mens doet. Wat ze daar in het groot ervoer, in de vorm van landjepik door de Israëliërs, ziet ze in het klein gebeuren in relaties: ‘Als ik van iets houd, wil ik het helemaal voor mezelf hebben.’

Sinds twaalf jaar is Al-Shibli samen met een Amerikaanse man. In die periode heeft ze ook enkele andere relaties gehad. ‘De laatste drie jaar word ik uitgedaagd. Mijn geliefde man, die een paar minuten verderop woont, gaat enorm op in een andere vrouw. ‘Seksuele liefde’, noemen we dat hier. Hij is absoluut nog met mij, is echt toegewijd. En toch: iets in mij wordt geraakt.’

Behalve via donaties verdienen de Tamerianen ongeveer 70 procent van hun inkomen met de verkoop van cursussen. Deze kunnen gaan over liefde en seksualiteit, maar ook over thema’s als het vasthouden van regenwater.

Cruciaal voor de toekomst van Tamera is het aantrekken van nieuwe bewoners. Dat wordt bemoeilijkt door een strijd met de Portugese bureaucratie. Toen de oprichters in 1995 de grond voor Tamera kochten, negeerden ze voor het gemak dat die was bestemd voor de landbouw. Sinds tien jaar is er daarom een bouwstop, en zonder extra voorzieningen kunnen de Tamerianen geen nieuwe bewoners verwelkomen.

De hoop is dat lokale ambtenaren nog dit jaar het licht weer op groen zetten. Voor ze zich er definitief vestigt, wil Brus hoe dan ook nog een paar lange zomers proeven van de liefdescommune. ‘Ik heb een paar maanden bij de Belastingdienst gewerkt. Daar dacht ik toen ook: dit is echt een vet fijne omgeving voor mij.’

In the Tamera community in Portugal, free love is celebrated



The Portuguese region of Alentejo acts as a magnet for alternative spirits. The Tamera community, with its belief in free love and sexuality, aims to serve as a prototype for a nonviolent world.

Door [Dion Mebius](#)

Photo **César Dezfuli**
3 september 2025, 18:00

Who is it about?

How: Tamera community in Portugal

Who is the main character: Sabine Lichtenfels (70)

How big is the community: About 150 permanent residents, plus an average of 100 visitors who sometimes stay for months

What characterizes the community: A belief in free love as a way to heal the world from violence

Leonne Brus (27) leads the way down the path, trodden by previous visitors to the Love Space. "Once I wanted to go here with a man," she says, amid the tall, sticky cistus roses. The crunch of her footsteps accompanies her warm voice. "Then someone showed me the way."

At the end of the dense vegetation, a semi-cylindrical hut looms. With a light gray tarp roof, it resembles an army tent. This is the Love Space: a place for Tamera's residents to cuddle, massage, or have sex.



With just a few meters to go to the hut entrance, Brus jolts to a stop. A wooden sign hangs on a pole. "Try later," it reads in pink and red letters.

"Shh. It's taken," Brus whispers over her shoulder. Then, loudly to the Love Space users: "Enjoy!"



Welcome to Tamera: a community of people who live by the ideal of free love. They do this in the Alentejo, a region in the arid south of Portugal that has a magnetic effect on alternative spirits.

Love free from fear

Since Tamera's founding in 1995, the community has grown to approximately 150 residents. These "Tamerians" live in caravans spread across a site of just under one and a half square kilometers. The majority are German, but there are also Tamerians from the rest of Europe and countries in the Middle East and the Americas.





Besides the permanent residents, Tamera hosts an average of one hundred "guests." These are visitors who stay for weeks or even months, sometimes with the goal of finding out if they could live there permanently. These guests sleep in tents or in a dormitory in one of the few buildings.

Leonne Brus is one such temporary resident. After studying Spanish at the University of Groningen and a failed monogamous relationship, the Dutch woman first came to Tamera in the fall of 2024.



Leonne Brus is a temporary resident.

She returned in April, this time to stay until November. "I feel like a teenager again," says Brus. "It's a whole new culture."

Central to that culture are free love and sexuality. The Tamerians themselves prefer to speak of "love free from fear": a fear that manifests as jealousy and possessiveness, feelings often seen as the natural dark side of love.





In Tamera, the residents try to free themselves from that dark side. Here, it's normal to openly express your attraction – and to act accordingly. The vast majority of residents have multiple romantic partners.

Make love, not war

The spiritual father of Tamera is the German Dieter Duhm (82). Born during the Second World War and ideologically matured in the protests against the Vietnam War, Duhm sought an answer to the horrors of his time.

He was inspired by the work of psychoanalyst Wilhelm Reich, who saw the repression of our erotic instincts as the root cause of violence. Duhm said he came to the idea of giving these instincts free rein, in their own community, through intense contact with the supernatural.

After years of struggling to get started in Germany, where he was accused in the media of running a sex cult, he chose Portugal. Thanks to donations, Duhm and four like-minded people were able to purchase the land for Tamera there thirty years ago.



Meanwhile, Duhm had been developing a comprehensive theory for healing the world through free love. This theory leads through "morphogenetic fields" to a "sacred matrix." In short, according to Duhm, only a handful of Tamera's need to emerge on the entire planet to trigger a chain reaction. This will lead to a world where violence no longer exists.

There's not a shred of evidence for this pseudoscientific theory. "The only way to provide that proof," says Sabine Lichtenfels, "is if the theory ever comes to light."

Don't lie about feelings

As Duhm's life partner, Lichtenfels (70) has been involved with Tamera from the beginning. She was the one who found the location in Portugal. The name is also thanks to her: according to Lichtenfels, 'Tamera' came to her while meditating.

Since Duhm suffered from chronic shingles, a disease that affects his nervous system, Lichtenfels has become the most prominent figure in the community. Dressed in a long white dress and wearing a turquoise amulet around her neck, she receives guests in a wooden cottage that serves as her office.





Dieter Duhm (center), the spiritual father of Tamera.

"If you want to live monogamously, please stay monogamous," says Lichtenfels. "But if one of you wants to open up the relationship, we say: don't lie about it."

The Tamerians share their deepest feelings in group sessions, called forums. One person stands in the middle of a circle of other residents and expresses their feelings. The speaker is guided by the "forum leader," another Tamerian who asks questions. The rest of the audience watches in silence.

An example. A woman says she's attracted to another resident, who isn't her partner. Naturally, this stirs up a lot of emotions. For the woman, who has to overcome her shame. For her partner, who may experience a flare of jealousy. And for the other resident, who feels flattered or perhaps embarrassed.





According to Lichtenfels, a society where such emotions can be discussed is one built on trust. "The only way to remain faithful to your partner," she believes, "is if you're also allowed to love others."

There is Eros in the air

The Tamerians practice this lovemaking in, among other places, the Love Spaces. In these spaces—some huts, others caravans—there are beds for communal use. Next to the double bed are a box of condoms, a bottle of lubricant, and a roll of toilet paper.



On some nights, like when there's a concert or party, "there's a lot of Eros in the air," says the Dutch couple. "Then suddenly lots of people are kissing each other, and a few go to Love Spaces. But the next day, there aren't all these expectations attached to that. I really like that."

The arid land where the Love Spaces were built has been transformed into an oasis by the Tamerians. Over three decades, they created impressive lakes filled with scarce rainwater. Around the lakes, abundant greenery grows, providing shelter for wild boar from the nearby Portuguese hunters.

Along the shore of the largest lake, a group of children can be seen in the distance. They're playing in the water with foam rubber swimming noodles among the reeds. The approximately thirty children in the community, many of whom were born here, are largely hidden from view by visitors.





Besides their biological parents, the children sometimes have more than one father or mother figure. This depends on their parents' relationships. They attend school at the Tamera campus, although they are required to take the regular Portuguese school exams.

The possessive person

A'ida Al-Shibli's daughter also grew up like this. "Now she lives in Berlin, the big city. But she loved it here," says Al-Shibli (53), a Palestinian who moved to Tamera eighteen years ago. She lives in not one, but two caravans, with a canvas stretched between them to dim the bright sun.

After the second intifada, Al-Shibli, who worked as a nurse in Jerusalem, decided to leave Palestine. Repression on the streets was increasing; she wanted her daughter to have a different, more carefree life.



A'ida Al-Shibli has lived in Tamera for eighteen years.



In her search for a new community, the free-spirited Al-Shibli found Tamera. She resonated with the philosophy—in Palestine, she had witnessed firsthand the effects of greed on people. What she experienced there on a large scale, in the form of Israeli land grabbing, she sees happening on a small scale in relationships: "If I love something, I want it all to myself."

Al-Shibli has been with an American man for twelve years. During that time, she's also had several other relationships. "For the past three years, I've been challenged. My beloved husband, who lives a few minutes away, is completely obsessed with another woman. 'Sexual love,' that's what we call it here. He's definitely still with me; he's truly devoted. And yet, something inside me is touched."

Construction freeze is a threat

Besides donations, the Tamerians earn approximately 70 percent of their income from selling courses. These courses can cover love and sexuality, in what they call the Global Love School, but also topics like rainwater retention.

Attracting new residents is crucial for the community's future. Whether people like Leonne Brus can stay permanently, however, depends on the outcome of a battle with the Portuguese bureaucracy. When the founders bought the land for Tamera in 1995, they conveniently ignored the fact that it was intended for agriculture.



As a result, there has been a construction freeze for ten years. This poses a significant threat: without additional amenities, the Tamerians cannot welcome new residents.

The hope is that local officials will give the green light again this year. Before she settles down permanently, Brus wants to experience a few long summers at the love community. "I worked at the Tax and Customs Administration for a few months. I thought to myself: this is a really great environment for me."