

**Thalmann, Yves-Alexandre (2007).** La decadencia de una utopía y ¿Qué es el poliamor?.  
En Las virtudes del poliamor. La magia de los amores múltiples, pp. 17–31 y 33–52.  
Barcelona: Plataforma

abandonado en provecho de otra pareja no desaparece, los peligros de la superficialidad y de la utilización del otro para satisfacer nuestras propias necesidades son importantes, etc. Hay que analizar de forma conveniente todas estas objeciones antes de lanzarse al camino del poliamor.

Ese es el periplo que les invita a realizar esta obra. En primer lugar, constatar, aunque sea amargo, la decadencia, para no decir el fracaso, de la monogamia. Para presentar a continuación la imagen de lo que es el poliamor y de las diferentes formas que puede adoptar, antes de tratar las diversas objeciones que se pueden plantear ante este modo de vida. Finalmente, ofrecer una nueva perspectiva de la naturaleza misma del amor.

Se trata de un viaje apacible en el que los peligros y las sorpresas han sido sabiamente controlados. Los amantes de esos «Clubs Med'» del pensamiento se verán defraudados. El camino que proponemos en las páginas que siguen se adentra en una región más bien salvaje y hasta el momento poco explorada. Las incertidumbres y los peligros no se han ocultado de forma artificial. Como los aventureros de un nuevo mundo, apréstense a enfrentarse a tomas de conciencia desestabilizadoras y a atravesar profundos cuestionamientos, el mayor de los cuales puede ser descubrir que quizá es un poliamoroso en el fondo de su alma.

## Capítulo 1 La decadencia de una utopía

No todo el mundo cree en la monogamia, pero todo el mundo vive como si ése fuera el caso.

A. PHILLIPS

### LA AGONÍA DE LA MONOGAMIA<sup>1</sup>

Es inútil seguir cuidando el reino de la monogamia: su decadencia, iniciada hace ya bastante tiempo, se ha consumado en la actualidad, como lo demuestran la mayor parte de los indicadores sociales importantes. En efecto, diferentes estudios<sup>2</sup> están de acuerdo en que por nuestras latitudes:

- Del 10 al 20% de los niños son criados por un padre que no es su padre biológico aunque él cree que lo es (las comadronas y los ginecólogos son depositarios de secretos terribles, estando en primera línea para las

1 El término se utiliza en esta obra en su sentido amplio: engloba toda relación amorosa exclusiva, tenga o no reconocimiento oficial.

2.. Las cifras aquí indicadas se basan en las fuentes mencionadas en el libro del mismo autor /..« *10plus gros mensonges sur l'amour et vie de couple*, Éditions Dangles, 2005. Datos similares se encuentran en la mayor parte de las obras recientes sobre las relaciones de pareja.

confidencias de sus pacientes: «¿Se parecerá a su padre?»).

- El 20% (cifra en aumento) de las familias son familias recompuestas, con hijos de diferentes padres, o al menos con padres que proceden de otras unidades familiares.

Del 40 al 50% de los divorcios se otorgan a matrimonios celebrados el mismo año, es decir, alrededor de un divorcio por cada dos matrimonios.

- Más del 50% de las personas entrevistadas reconocen que han engañado por lo menos una vez a su compañero o compañera amoroso (es decir, le ha sido infiel en el plano sexual).
- El 70 % de los matrimonios celebrados acaban en separación o divorcio.

Un modelo que genera un 50% de fallos y un 70% de fracasos, ése es el resultado edificante que genera la unión monógama. En cualquier otra área, hace mucho tiempo que un modelo semejante habría sido abandonado por otro más eficaz. Pero, antes de extraer las conclusiones evidentes y proponer algo radicalmente nuevo, los políticos y los juristas trabajan para suavizar las condiciones del matrimonio y para facilitar los procedimientos de divorcio.

Pero no nos equivoquemos, no es el matrimonio como tal el que está en cuestión, sino su anclaje en el amor exclusivo. La historia de la humanidad está llena de ejemplos en los que el matrimonio regula temas como la transmisión patrimonial y la alianza de familias, sin que tenga nada que ver con los sentimientos. Los monarcas y la nobleza de todos los países se han casado la mayoría de las veces por razones estratégicas o de sucesión, viviendo toda una

serie de amores en brazos de sus amantes y concubinas. Las mujeres no han sido ajenas a ese juego amoroso.

Lo que era válido para la nobleza también lo era para el pueblo en general, más preocupado por asegurar unas condiciones de supervivencia razonables que por la moral amorosa. A la vista de la Historia, el matrimonio tiene que ver más con una estructura de la sociedad que con el amor. En consecuencia, ¿es el matrimonio algo más que un simple contrato?

Pero en la actualidad eso no es suficiente. Se espera del matrimonio que no sólo satisfaga las necesidades de seguridad de la célula familiar —la razón por la que fue instaurado—, sino que también ofrezca las condiciones para el desarrollo personal de los individuos. Una pesada herencia de las revoluciones sociales de los últimos cincuenta años: nuestras madres y abuelas lucharon para conquistar el derecho a casarse por amor, pero ahora nuestras hijas y nietas constatan que el amor no es suficiente para mantener un matrimonio. Las primeras creían que al tener el derecho a escoger serían felices; las segundas están descubriendo que su elección amorosa no las hace verdaderamente más felices.

¿Hay que volver a los matrimonios arreglados que eran lo habitual hasta hace no demasiado tiempo (matrimonios que en cuanto a su duración no tienen menos éxito que los matrimonios por amor)? ¡Desde luego que no! Las conquistas sociales de la segunda mitad del siglo xx han tenido una gran influencia sobre las mentalidades: el derecho a elegir y al desarrollo personal se han convertido en valores incuestionables al iniciarse este nuevo milenio.

Para avanzar en este aspecto habría que relajar los lazos entre matrimonio y amor exclusivo. Las bases de la sociedad son una cosa y el amor, con su carácter volátil, otra

muy diferente. Y si es deseable que exista el amor dentro del matrimonio, ¿por qué no se puede admitir que también lo haya fuera de él?

Todas las cifras mencionadas al inicio del capítulo fundamentan una sola idea: amar a una sola persona y serle fiel toda la vida es más una utopía que una realidad. Aunque la mayoría sigue considerando la monogamia como un ideal, la mayor parte de ellos no son capaces de llevarla a la práctica... y son infelices.

Y a pesar de todo esto, en su inocencia, muchos jóvenes se lanzan alegremente al matrimonio, esperando triunfar donde otros han fracasado. ¿Es tan embrujador el canto de las sirenas de la monogamia? En el plano personal, ¿cuáles son los factores que alimentan ese sueño del «amor eterno con la misma persona»?

## LAS RAZONES DE UN MITO

### 1. De la biología...

¡La oxitocina es más fuerte que Shakespeare!

L. VINCENT

El hecho de que tantas personas cedan a los encantos del amor y vivan su pasión exclusiva de manera parecida aboga a favor de mecanismos innatos. Las investigaciones en neurobiología han puesto de relieve ciertos procesos que tienen lugar en el cerebro enamorado:<sup>3</sup> parece ser que se liberan

3. Véase Lucy Vincent, *Commentt devient-on amoureux?*, Odile Jacob, 2004, o Michei Odent, *L'amour scientifique*, Jouvence, 1999.

endorfinas, las hormonas naturales del placer, en presencia del ser amado. La sensación agradable que proporcionan esas endorfinas, como todas las sensaciones de placer, crea una especie de dependencia: una vez se haya disipado el efecto de bienestar, el enamorado intentará reproducir ese estado placentero, movido por ciertas zonas cerebrales que reaccionan ante la dopamina, un neurotransmisor responsable de la motivación. Eso es lo que se define como los circuitos del placer: búsqueda de la presencia del otro bajo los efectos de la dopamina, recompensa en forma de placer gracias a las endorfinas, sentimiento de pérdida a medida que se evapora el efecto euforizante, nueva búsqueda de la presencia para compensar la pérdida, etc.

El enamorado es en cierta forma un drogadicto del amor, buscando de forma permanente las sensaciones que aporta la presencia del otro. Otro al que acaba por unirse bajo la influencia de la oxitocina, una molécula (que se libera en el momento del orgasmo) capaz de inducir un efecto general de bienestar al contrarrestar las hormonas del estrés (adrenalina y cortisol). Es pues ese juego combinado de dopamina, oxitocina y endorfinas el que provoca las emociones tan particulares que siente el enamorado: un exceso de energía, la impresión de estar sobreexcitado, un placer casi extático, una sensación de pérdida y, sobre todo, fascinación, incluso obsesión por la persona amada, a veces en detrimento de cualquier otra actividad.

En ese estadio, está claro que el sentimiento amoroso se vive la mayoría de las veces en una situación de exclusividad: generalmente uno se enamora de una sola persona a la vez. Las complejas y costosas investigaciones sobre el funcionamiento del cerebro confirman lo que cualquier adolescente puede comprobar a la salida de clase.

Al menos en parte, se conoce el funcionamiento, pero ¿por qué ocurre? Las teorías de la evolución permiten dar una primera respuesta: se trata de la supervivencia de la especie. En efecto, la supervivencia está ligada a la reproducción de sus miembros. En consecuencia, el acto sexual tiene que tener lugar por fuerza. Por eso la pulsión sexual y el acto «copulatorio» están profundamente arraigados en los genes de las especies sexuadas, la nuestra entre ellas. He aquí, en definitiva, lo que es natural para sus miembros: encontrar un compañero, practicar el coito y reproducirse. Pero eso no es suficiente para perpetuar la especie humana, pues el nuevo individuo nace inmaduro. Librado a sus propias fuerzas no tiene ninguna posibilidad de sobrevivir. Depende totalmente de los individuos que deben ocuparse de él, principalmente sus progenitores.

Además, el embarazo y el período postnatal son agotadores para las mujeres, que ven muy disminuidas sus capacidades físicas. En las sociedades ancestrales era esencial que pudieran asegurar los servicios de sus congéneres para conseguir alimentos y protección durante ese período. Era esencial para su supervivencia y la de sus pequeños. De esta manera, poniendo en funcionamiento un sentimiento amoroso exclusivo destinado a unir a los dos progenitores, la naturaleza ha permitido aumentar las posibilidades de supervivencia de los pequeños, gracias al aporte de los recursos del macho.

La monogamia tiene, pues, fundamentos biológicos: aparece en las especies en las que un solo progenitor no puede conseguir los recursos suficientes para asegurar las condiciones de supervivencia de su prole, es decir, en aquellas en las que el tiempo de gestación y de cuidados hasta la emancipación de los pequeños se ha alargado. Entre las

aves, por ejemplo, es muy corriente, mientras que entre los mamíferos sólo lo es en el 5 % de las especies, entre ellas la humana, cuyos retoños nacen muy inmaduros.

Desde un punto de vista estrictamente biológico, la exclusividad del sentimiento amoroso es un ardid de la evolución para aumentar las posibilidades de supervivencia de los miembros de la especie humana. Aunque esto parezca muy poco poético y mucho menos romántico, la experiencia viene a confirmar esta hipótesis: el sentimiento amoroso fuerte y exclusivo (no hablamos aquí de amor, sino únicamente de un estado amoroso caracterizado por una obsesión por el compañero, una especie de ceguera en todo lo que le concierne, una fuerte necesidad de unirse a él y de buscar su presencia) no está programado para durar más allá de tres años, el tiempo que necesita la mujer para recuperar su autonomía y para que el pequeño se haya desarrollado suficientemente.<sup>4</sup> Esta duración reducida de la *pasión amorosa* queda confirmada por las encuestas: una media de 18 a 36 meses.

Lo que nos enseñan los especialistas del cerebro es que bajo los efectos de mecanismos complejos que tienen una utilidad para la especie, estamos condicionados a experimentar un estado amoroso que trae consigo sentimientos exclusivos hacia una sola pareja, pero esa situación particular está limitada en el tiempo y no debería prolongarse más allá de los tres años, aunque nada impide que se repita muchas veces a lo largo de la vida. Es decir, ¿nuestros genes nos condicionan a ser *monógamos seriales*, monógamos en serie?

4. Para nuestros antepasados que vivían en las cavernas, el tiempo transcurrido entre el primer encuentro amoroso y el nacimiento del primer retoño no era tan largo como en la actualidad, pues aún no se habían inventado los métodos contraceptivos.

Nuestra constitución genética nos predispone a enamorarnos y a unirnos momentáneamente a una sola pareja. Pero ¿por qué soñamos en transformar un estado pasajero en un proyecto de vida? Una explicación se puede encontrar en otro mecanismo biológico: la búsqueda del placer. La intensidad de los sentimientos amorosos eleva a los amantes por encima del mundo cotidiano: viven momentos excepcionalmente ricos y muy estimulantes, casi extáticos, que recuerdan a la dulce fusión entre el recién nacido y su madre. En comparación, el resto de la vida parece gris y monótona. En consecuencia, les gustaría que esa beatitud durase el mayor tiempo posible. Como el enamorado atribuye ese bienestar a la presencia del ser amado, concluye que desea pasar la vida entera a su lado con el fin de continuar disfrutando de tanta felicidad. Incluso está dispuesto a ofrecerle votos de fidelidad eterna para ello.

Sabemos cómo continúa la historia: los deseos pierden su ímpetu, aparecen los primeros signos de aburrimiento, los pequeños defectos del otro se hacen cada vez más evidentes (y enervantes), las preocupaciones cotidianas vuelven a tomar relevancia. Ante la evidencia de la realidad se pueden tomar dos caminos: abandonar al otro y buscar un nuevo amor —el Gran Amor— que reactivará esos instantes deliciosos, o acomodarse a sentimientos más tranquilos y menos apasionados... y permanecer a su lado.

La búsqueda del placer lleva naturalmente a los individuos hacia la primera posibilidad, que conlleva inestabilidades y turbulencias a las que la sociedad no ha sabido adaptarse demasiado bien. El equilibrio de la comunidad reside, pues, en elegir la segunda alternativa: permanecer con la misma pareja a largo plazo. De ahí la instauración

del contrato matrimonial de por vida (y eso es así incluso en las sociedades polígamas).

## 2. ...a la cultura

Hay personas que nunca se hubiesen enamorado si jamás hubieran oído hablar del amor.

**LA ROCHEFOUCAULD**

Tres años de pasión amorosa, en el mejor de los casos, y dos décadas para criar a los hijos. He aquí el programa de la Madre Naturaleza. ¿Y después? ¡Nada! Ella no parece tener ningún interés en la vida amorosa de los individuos después de la reproducción. Es posible que ni siquiera esté previsto... De ahí el interés de la cultura por tomar el relevo: por ejemplo, al instituir un contrato de matrimonio, da a la relación de pareja un marco que la biología no es capaz de dar después de los primeros años de relación.

Si persistimos en seguir siendo monógamos aunque los sentimientos se hayan enfriado, los deseos amortiguados, los encuentros sexuales se hayan convertido en deber conyugal,<sup>5</sup> es porque hemos sido condicionados para actuar de esa manera. Somos fieles (al menos en apariencia) porque hemos aprendido que debemos serlo.

Ese aprendizaje no es necesariamente consciente: no se dice explícitamente que se debe amar a una sola persona a la vez, pero la mayor parte de los modelos que se nos muestran reproducen esa idea. A decir verdad, vivimos permanentemente inmersos en un océano de información

5. Las estadísticas demuestran que la frecuencia de las relaciones sexuales disminuye progresiva e inexorablemente a lo largo del tiempo entre las parejas estables.

cuyos efectos son la mayor parte de las veces inconscientes. Desde nuestra más tierna infancia, registramos innumerables historias de monogamia: se nos habla de *un* papá y de *una* mamá que se aman, así como de abuelas y abuelos que viven *en pareja* (o quienes la muerte ha separado prematuramente); los cuentos de hadas nos recuerdan que los héroes están dispuestos a superar todos los obstáculos para encontrar el amor, encarnado en *una* persona; después, las películas y series de televisión vienen a reforzar ese ideal de un amor que une a *dos* individuos, con frecuencia hechos el uno para el otro (siempre bajo el modelo del estado amoroso, es decir de sentimientos intensos que llevan a la exclusividad). De manera general, muchas producciones artísticas se hacen eco del amor binario.

El último estadio de ese condicionamiento cultural se encuentra en los sueños de las niñas (¡y no tan niñas!) de vivir una boda de princesa: ser la más bella, llevar un vestido magnífico, ofrecer una recepción suntuosa, etc., para que ese día sea inolvidable. En ciertas culturas, las familias se endeudarán durante varias generaciones para realizar ese sueño.

Un condicionamiento<sup>6</sup> semejante tiene que dejar huella y no es sorprendente que muchos jóvenes adultos tengan el matrimonio como marco de su amor. Otro aspecto de la elección de la monogamia, menos evidente, viene dictado por las opciones posibles: el matrimonio era hasta hace poco (y lo es aún en numerosas sociedades) el único camino para abandonar la familia, exceptuando tomar los hábitos, que es una vía aún más restrictiva. Quedarse soltero

6. La medida de dicho condicionamiento y la puesta en cuestión de ese lazo que une amor romántico, exclusividad y matrimonio son el tema de una obra muy bien documentada de Serge Chaumier, *Le couple fissionnel*, Fayard, 2004. Una lectura de referencia en la materia.

o vivir en comunidad, ni siquiera era planteable. ¿Cuántas personas habrían optado de verdad por el matrimonio monógamo y renunciado a cualquier otra posibilidad de amar durante toda su vida si hubieran tenido otra elección?

Estamos condicionados para pensar que la unión monógama es la única forma de vivir nuestros amores, hasta el punto de elevarla al rango de ideal, aunque nuestra experiencia personal nos diga lo contrario. Como los perros de Pavlov estaban condicionados para salivar al oír una campanilla, se nos ha enseñado a salivar ante la idea de un amor eterno y exclusivo, aunque no tenga nada de natural.

Así, a excepción del breve período de la pasión amorosa, se llega a la conclusión de que nada, ni en la biología ni en la cultura, ofrece razones sólidas para limitar el amor a las fronteras de una sola pareja y de vivirlo en exclusividad.

#### EL PRECIO DE LA EXCLUSIVIDAD

Si juzgamos al amor por la mayoría de sus efectos, se parece más al odio que a la amistad.

#### LA ROCHEFOUCAULD

¡Si al menos la unión monógama exclusiva proporcionara la felicidad! Por cada pareja satisfecha con su suerte, ¿cuántas son infelices? Son testimonio de ello los chistes sarcásticos sobre el matrimonio, comparándolo con una prisión, con una trampa, o con un suplicio (¿no se dice «tener la soga al cuello»?). Los humoristas y los cómicos de todo tipo son muy aficionados a poner en escena esposas malhumoradas o esposos libidinosos, situaciones en las que el amor hace mucho tiempo que ha desaparecido.

Pero el precio que hay que pagar por ese sueño de amor exclusivo es mucho más elevado que algunos sarcasmos tras una velada bien regada. En efecto, la monogamia lleva en su seno gérmenes bastante terroríficos, entre los que se encuentran la prostitución, el adulterio y la violencia.

Aunque pueda parecer paradójico, los clientes de la prostitución y de forma general de los diferentes comercios relacionados con el sexo (salones de masaje, películas pornográficas, páginas eróticas de Internet, etc.) no son sólo los solteros. Una gran parte de esta clientela la constituyen hombres casados, que buscan darle sabor a una vida sexual que se ha vuelto demasiado sosa. Así, a causa del rechazo social a los amores múltiples, algunos compensan su falta pagando a otras personas para saciar algunos fantasmas o pulsiones sexuales, salvaguardando la moral: pero como se trata de algo sexual —no intervienen los sentimientos— y puramente comercial, no parece tan grave. Se convierte en algo perdonable... salvo que ese comercio se caracteriza por la explotación del ser humano, sobre todo de la mujer, y lleva consigo una miseria indecible (drogadicción, enfermedades, pérdida de la autoestima, etc.).

El segundo efecto perverso de la monogamia institucionalizada es el adulterio. Éste, en tanto que falta o pecado, sólo puede aparecer en una sociedad que proscriba los amores plurales. Con ello, obliga a esconder las atracciones paralelas, a vivirlas con preocupación y engaño. El lenguaje es inequívoco a este respecto: en francés, *engañar* y *ser infiel* se han convertido en sinónimos, en el sentido de tener una relación sexual con otra persona que no es la pareja oficial y sin su consentimiento.<sup>7</sup> Sin embargo, en su origen, la

palabra *engañar* se refería únicamente a la utilización maliciosa del lenguaje para ocultar la verdad e inducir a error: podemos engañar a nuestro cónyuge sin serle infiel (ir a jugar al casino cuando deberíamos estar practicando deporte con un amigo) y serle infiel sin engañarlo (diciéndole la verdad sobre nuestras aventuras sexuales extraconyugales). En una sociedad abierta a los amores múltiples, no existiría el adulterio, y el engaño, en ese sentido, no tendría razón de ser. El adulterio es el reverso de la moneda de la exclusividad amorosa predicada por la sociedad.

El tercer efecto desastroso de la monogamia, y sin duda el peor, es la violencia conyugal. Por definición, el amor es ternura. Es incompatible con todo lo que signifique violencia y abuso. Sin embargo, los celos pueden llevar a la muerte cuando la exclusividad se ve amenazada. Sin llegar a esos extremos, la violencia doméstica está presente en el 10 al 20 % de las parejas. Esa violencia se expresa de muchas formas: golpear al compañero con la mano, el pie o un objeto, lanzar cualquier cosa en su dirección, zarandearlo, contradecirle con gestos, desvalorizarlo, humillarlo ante testigos, insultar, amenazar, destruir o estropear objetos importantes para él o ella, etc. Y en esa guerra las mujeres no son sólo las víctimas... Los intentos de explicación de este fenómeno son múltiples y complejos, y no es posible reducirlos a una sola causa, pero es evidente que la presión que obliga a los compañeros amorosos a vivir en un mundo cerrado sólo puede exacerbar la violencia latente. Además, la obligación de la monogamia cataliza las frustraciones, impidiendo encontrar fuentes de placer ajenas a la pareja.

A veces esta violencia es tolerada, por no decir que está institucionalizada. En esos casos, se otorga a un miembro de la pareja, casi siempre el hombre, el derecho de dominar

7. En castellano ocurre lo mismo. (N. del t.)



a su cónyuge: derecho a disponer de su tiempo, de su libertad, incluso de su vida. En consecuencia, *posee* en sentido estricto a la otra persona, que queda reducida al rango de objeto, que puede utilizar, dirigir y corregir como le parezca oportuno. En semejantes relaciones no se puede utilizar la palabra *amor*.

Una vez más, no se trata de insinuar que la monogamia es la *causa* de la violencia conyugal. Sin embargo, al situar el dominio de la afectividad dentro de la carcasa de los derechos y los deberes, contribuye a crear las condiciones propicias para que aparezca.

Como dice el refrán: quien siembra vientos recoge tempestades. En lo relativo a las relaciones humanas se podría decir: quien siembra la exclusividad amorosa (o la monogamia) se arriesga a recolectar enojos y adulterio, prostitución y violencia.

#### HACIA UN NUEVO PARADIGMA

Es necesario aprender a vivir juntos, en pareja, sin aislarnos de los demás. Es necesario que descubramos los encantos de la polivalencia.

#### S. CHAUMIER

Después de haber constatado que el sueño del amor exclusivo no resiste la prueba de la realidad para muchas parejas, si no para la mayoría; que ese sueño es el resultado de un condicionamiento social más que de una necesidad biológica, y que puede llevar consigo enfados y violencia, es necesario admitir que un cambio es deseable. No se trata de abolir el matrimonio monógamo, pues ciertas personas

se encuentran bien en él —hay parejas exclusivas felices en las que el amor resiste el paso del tiempo e incluso se intensifica con él—, pero que aquellos que lo deseen sean autorizados a vivir públicamente sus amores plurales.

A nivel personal, se trata de transformar la idea del amor exclusivo en un amor inclusivo, capaz de englobar a más de dos personas. A nivel social, consiste en redescubrir lo que ya conocían nuestros antepasados: que los lazos conyugales y los lazos afectivos externos a la pareja no son incompatibles, que pueden ser vividos simultáneamente y dentro del respeto a cada uno.

Por suerte, ese territorio no es virgen: algunos exploradores han plantado algunas balizas. Se han realizado numerosas tentativas, algunas más constructivas, otras claramente más desestructurantes: de la pareja a tres a la comunidad del 68, pasando por el amor libre, la poligamia (y la poliandria) o incluso el matrimonio abierto. No faltan modelos, aunque casi todos presenten ese carácter experimental propio de los tiempos de cambio.

Se trata, pues, de una transformación radical de nuestra visión del amor y de las maneras de vivirlo que nos impone nuestra época; una modificación de la ideología conyugal.

Eso es lo que propone el poliamor.

## Capítulo 2

### ¿Qué es el poliamor?

El término *poliamor* (o *poliamoría*-, *polyamory* en inglés) es un neologismo que apareció por primera vez en los años sesenta, pero cuya popularización data de la década de los noventa. Construido a partir de la raíz griega *poly*, que significa «muchos», traduce la idea de los amores múltiples, es decir, con muchas personas y de muchas formas al mismo tiempo. Este nuevo concepto subraya el carácter polisémico de la palabra amor, que se aplica de forma indiferenciada a las parejas amorosas, a los padres, a los hijos, a los amigos e incluso a las cosas, como el chocolate o el fútbol. De manera más específica, añade la idea de que el amor sentimental y erótico se puede vivir con muchas personas simultáneamente.

## LO QUE NO ES EL POLIAMOR

El amor que economiza ríe es nunca el amor verdadero.

## H. DE BALZAC

El poliamor tiene su fundamento en el proyecto de vivir relaciones sentimentales con numerosas parejas, incluyendo o no las relaciones sexuales, con toda franqueza y dentro del respeto a cada uno. Por ello se diferencia de:

La monogamia serial, a la que habría que llamar con mayor precisión poligamia occidental: se trata de personas que aman a numerosas parejas, pero de forma sucesiva, es decir que rompen una relación antes de empezar la siguiente. Actualmente es el modelo dominante en las sociedades occidentales, en las que el divorcio es legal y las familias recompuestas forma una parte importante del tejido social.

Lo que marca la diferencia entre el poliamoroso y el *serial lover* es que el primero reivindica el derecho a vivir a la luz del día sus amores múltiples y simultáneos, mientras que el segundo todavía se adhiere al mito del amor romántico exclusivo.

La poligamia establecida como sistema social en el que no todos los individuos tienen los mismos derechos, pues se favorece a un género, mayoritariamente al hombre, en detrimento del otro. La poliginia (un hombre casado con varias mujeres) y la poliandria (una mujer casada con varios hombres) no aparecen juntos en una misma sociedad: los dos sistemas son generalmente excluyentes y conllevan una

relación de dominante/dominado entre los sexos. Como las nociones de respeto y de igualdad de derechos son esenciales para el poliamoroso, éste no reclama la instauración de semejantes sistemas sociales. Más bien tendrá tendencia a desconfiar de ellos.

Además, desde un punto de vista sociológico, se puede pensar que el poliamor es una de las formas más completas para las relaciones amorosas. En efecto, durante bastantes siglos, las mujeres han tenido que padecer la poligamia. La aparición de la monogamia tampoco fue una mejora significativa, pues no disponían de los mismos derechos que los hombres. De hecho, ellas seguían estando sometidas. Los numerosos suplicios infligidos a las mujeres adúlteras (y sólo a ellas) son testimonio de esa dominación: lapidación (Oriente Medio), inmersión en agua hirviendo (Japón), aplastamiento entre dos piedras (China), amputación de la nariz y las orejas (indios de América del Norte), marcaje con hierros al rojo vivo, etc. La verdadera revolución es la emancipación de las mujeres (en buena parte gracias a los medios de contracepción) y la igualdad de derechos entre hombres y mujeres.

Esa igualdad de sexos es la condición *sine qua non* del poliamor. Eso explica por qué, a diferencia de la poligamia, no es una invención masculina: muchas mujeres reconocen su capacidad pluriforme de amar y tienen el valor de reivindicarla.

Las relaciones extraconyugales, o infidelidades, que se viven frecuentemente con preocupación y engaño. Generalmente producen vergüenza y culpabilidad en el miembro de la pareja que las mantiene, y cólera, tristeza y rencor en el que las sufre. Están emparentadas con la traición, sobre

todo teniendo en cuenta las promesas intercambiadas durante la boda. Desgraciadamente, más de la mitad de las parejas sufren en un momento u otro este fenómeno.

Los practicantes del poliamor, por el contrario, tienen el compromiso de vivir a la vista de todas sus relaciones múltiples, guiándose siempre por el respeto a los demás.

El libertinaje, y su forma estructurada, el intercambio. Estas prácticas implican principalmente a varias parejas, con el objetivo de ampliar la vida sexual al incorporar a otras personas, sin que exista ningún tipo de relación sentimental con ellas. Por eso, la regla que prevalece entre buena parte de las parejas que practican el intercambio es no enamorarse de sus compañeros sexuales, que a menudo son sólo ocasionales, y, paradójicamente, seguir siendo fiel a la propia pareja (no iniciar una relación sexual con un tercero sin su autorización, por no decir que ante su presencia).

A los poliamorosos, al no concebir que sus compañeros sean de su propiedad, no les gusta el término *intercambio*. Es más, estos últimos sitúan los sentimientos en el centro de sus relaciones, aunque sean sexuales. Así, aunque algunos poliamorosos participan de actividades sexuales en grupo que pueden recordar los intercambios, rechazan identificarse con ellos. A la inversa, la mayor parte de los que participan en intercambios de parejas no se consideran poliamorosos: reivindican su situación de pareja casada tradicional y, además, fiel.

La actitud de consumo, que consiste en coleccionar idilios. Esta conducta se caracteriza por la búsqueda de la cantidad más que de la calidad, además de por la superficialidad, pues con frecuencia se evita un compromiso sincero en la relación.

El poliamoroso, al contrario, no teme implicarse de verdad y sinceramente en diversas relaciones.

Finalmente, los amores de transición, que son las de aquellas personas que viven amores simultáneos, sin embargo, que los consideran como etapas diferentes. Estas personas ponen fin a una relación al mismo tiempo que empiezan la siguiente. Sus sentimientos están casi exclusivamente orientados hacia el nuevo amor. Ellos no se consideran poliamorosos (aunque de hecho tampoco son monógamos en sentido estricto).

#### LAS DIFERENTES FORMAS DEL POLIAMOR

Existen tantos tipos de amor que uno no sabe a quién dirigirse para definirlos.

**VOLTAIRE**

El poliamor florece donde los sentimientos amorosos se dirigen hacia diversas personas simultáneamente. Pero su jardín no es uniforme ni sigue unas reglas fijas. Al contrario, las formas que puede adoptar sólo tienen por límite la imaginación, siempre que esté asegurado el respeto al otro.

Algunos poliamorosos prefieren la pareja tradicional. Allí encuentran la seguridad y la estabilidad que necesitan, siempre que deje un espacio de libertad. En esos casos se habla de un modelo *jerárquico*, con una relación primaria y otras secundarias. La relación primaria ocupa el lugar principal en la vida del poliamoroso. Ella estructura su vida cotidiana: compartir un mismo domicilio, puesta en común de los recursos, creación de una familia, etc., es decir .

todo lo que caracteriza habitualmente a una pareja monógama, incluido el matrimonio. A esto se une la posibilidad de mantener relaciones afectivas y/o sexuales con otras personas, que constituyen las relaciones secundarias: compañeros en relaciones duraderas, de significado importante, con los que el tiempo dedicado es apreciable y las actividades variadas. Son lo que normalmente se llama amistades, con la única diferencia de que aquí intervienen sentimientos amorosos y se pueden dar relaciones sexuales. Junto a las relaciones primaria y secundarias, algunos identifican aun unas relaciones terciarias, es decir, interacciones episódicas o de corta duración, que implican poco tiempo y energía, y en la mayoría de los casos vividas sólo a un nivel sexual-

Un ejemplo de poliamor jerárquico conocido por el gran público lleva el nombre de *pareja abierta*, o de *matrimonio abierto* si existe una relación legal. Si algunos lo viven como la oportunidad de tener relaciones sexuales fuera de la pareja, un poco como si fueran relaciones extraconyugales toleradas, otros pueden decidir reservar la dimensión sexual a su pareja principal: aman abiertamente a muchas personas, pero sólo llegan a la intimidad sexual con una de ellas.

Las relaciones abiertas, algunas veces llamadas *amor libre*, se caracterizan por la libertad que se da a los miembros de la pareja para iniciar y mantener relaciones amorosas con otras personas. Algunos poliamorosos, sin embargo, insisten en la fidelidad hacia sus parejas y lo consideran un valor superior a la libertad. Se habla entonces de *polifidelidad*. Así, algunos poliamorosos polifieles no pueden catalogarse paradójicamente como pareja abierta porque viven varias relaciones simultáneas, pero como si fueran matrimonios de orientación exclusiva, es decir, prohibiendo las aventuras pasajeras.

Junto a estos modelos jerárquicos, cuyos fundamentos son muy cercanos a los de las parejas tradicionales, a excepción de la exclusividad amorosa, existen formas de poliamor llamadas *igualitarias*. En ellas, todos ocupan el mismo nivel y tienen los mismos derechos: nadie está en una posición privilegiada, en una especie de ideal democrático. Así la *relación triangular*, o trío amoroso, esta formada por tres personas en pie de igualdad. En la realidad, dicho equilibrio es difícil de mantener, y presupone a menudo una relación homosexual entre los dos compañeros del mismo sexo.

Esos modelos igualitarios no tienen teóricamente ningún límite en cuanto al número de personas implicadas: así se pueden formar *comunidades amorosas* y celebrar *matrimonios en grupo*, en los que cada participante se compromete con todos los demás miembros del grupo.

Las formas que puede adoptar el poliamor son muy variadas, hasta tal punto que es difícil ordenarlas. Por otra parte, tampoco existe un término comúnmente aceptado y utilizado para designar a los compañeros poliamorosos.<sup>1</sup> Su punto en común, que es a la vez su especificidad, reside en la posibilidad de amar simultáneamente a varias personas; en otras palabras, la no exclusividad amorosa.

1. Françoise Simpère habla de «amigos-amantes» mientras que en Estados Unidos se ha creado el neologismo «*sexualover*».

## LOS VALORES DEL POLIAMOR

La verdad es un atributo del amor.

## G. KRETSCHMANN

Si no existe un único modelo para vivir el poliamor, los poliamorosos consideran que tienen un conjunto de valores comunes esenciales a los que se suelen atener: el respeto (a sí mismo y a los demás), la comunicación franca y la no posesividad.

## 1. Respeto

El respeto es una noción esencial en el lenguaje poliamoroso.<sup>2</sup> Esto es lo que diferencia a los seguidores del poliamor de los amantes tradicionales: los primeros reconocen la importancia central del respeto mutuo, mientras que los segundos no le dan a ese concepto un lugar decisivo en la realidad. En efecto, los miembros de parejas exclusivas no tienen inconveniente en restringir recíprocamente su libertad y exigirse cosas el uno al otro. ¿No se habla de deber conyugal? Por el contrario, los poliamorosos aspiran a no interferir en la libertad de sus parejas. Desean dejarles la libertad para que sean ellos mismos, con sus fantasías, reacciones, sentimientos e incluso defectos. Esta aceptación de la diferencia y de la alteridad, que aspira a ser incondicional (al menos en el ideal), fundamenta la consideración que los compañeros poliamorosos se deben el uno al otro.<sup>3</sup>

2. Los poliamorosos respetan totalmente la elección de la monogamia por parte de algunos. A cambio, esperan que se respete que cada uno pueda adoptar el modelo que le conviene...

3. Por esta razón el poliamor no se puede imponer jamás a una pareja que no lo acepta.

En el poliamor, el respeto toma naturalmente un significado bilateral: el respeto al otro no puede estar dissociado del respeto a uno mismo. Los poliamorosos son conscientes de la importancia de conocerse uno mismo y confiar en uno mismo. Evitan comprometerse a acciones únicamente por conformismo, por temor al rechazo, o porque no se atreven a decir no. Estas actitudes, que son reprobables en una relación binaria, son insostenibles en un marco de relaciones múltiples: en efecto, ¿cómo se puede complacer al mismo tiempo a varias personas?

Esta búsqueda de respeto lleva a los poliamorosos a una franqueza en la comunicación que con frecuencia falta a los amantes tradicionales. Más que esconder, falsificar, mentir o engañar, corren el riesgo de la verdad y no temen expresar lo que están viviendo según su conciencia. Incluso si esa vivencia desagrade a la otra persona, incluso si es recibida con sentimientos desagradables como el miedo, la ira y los celos. El respeto al otro también consiste en no decidir en su lugar qué puede entender o no, es confiar en que sepa gestionar sus propias emociones. La verdad y la franqueza son preferibles, aunque puedan herir en el momento, que la mentira y la traición, que son mucho más venenosas a largo plazo.

La primacía del respeto implica igualmente una definición particular del término *fidelidad*. Este concepto designa un compromiso tomado a partir de la palabra dada y las promesas expresadas. La fidelidad tiene como objetivo disminuir la distancia entre lo que las personas viven en su interior y lo que muestran en el exterior, en particular a sus amados. En consecuencia, no tiene nada que ver con cualquier exclusividad sexual. La fidelidad permite que aparezca la confianza entre compañeros, no por los jura-

meneos dichos en voz baja («te amaré siempre»), sino por la seguridad de entender la verdad («te amo y haré todo lo posible para que nuestra relación sea bella y enriquecedora para los dos, sin saber cuánto tiempo va a durar»).

El respeto a uno mismo y a los demás incita también a los poliamorosos a asumir la responsabilidad de sus actos, especialmente en lo referente a la sexualidad. Se tiene un especial cuidado con los temas de contracepción y de prevención de las enfermedades de transmisión sexual. Así, el poliamor no es comparable a un relajamiento de las costumbres o a una manera fácil de multiplicar los compañeros sexuales.

Otro valor que es necesario mencionar es la humildad. No en el sentido de menospreciarse a sí mismo ni de falsa modestia, sino de tener conciencia de que no se es todo para otra persona. Sólo el amante exclusivo tiene la pretensión, por no decir el orgullo o la presunción, de creer que él solo puede satisfacer totalmente todas las necesidades afectivas, sensuales y sexuales de su pareja. El poliamoroso sabe que no puede asegurar definitivamente las múltiples necesidades de todas sus relaciones, que él no puede satisfacer todas las riquezas solo. En consecuencia, para él es una alegría ver que sus parejas inician otras actividades, con otras personas, en otros marcos de relación: él puede aprovechar la realización personal de las personas que ama.

## 2. Comunicación franca

Una comunicación franca y de calidad es una condición *sine qua non* para aventurarse en los vericuetos del poliamor. En efecto, las normas habituales de la vida amorosa

tal como las destila la sociedad no son aquí de gran utilidad: lo que está permitido o prohibido, lo que se puede mostrar o lo que uno debe esconder, etc., hay que reinventarlo casi todo. Como existen muchas menos cláusulas implícitas en los acuerdos entre poliamorosos, éstas se deben discutir abiertamente. En efecto, un testimonio del sentimiento («te amo») en el universo monógamo a menudo viene acompañado de corolarios sobreentendidos: «sólo te amo a ti, renuncio a cualquier otro compañero sexual, deseo pasar la mayor parte de mi tiempo contigo, estoy dispuesto a mantener relaciones sexuales contigo, deseo que me des prioridad sobre las relaciones con otras personas, que evites los amigos que no me gustan, que me prometas una exclusividad sexual, etc.», Nada de esto es evidente para los poliamorosos.

Las modalidades de relaciones que unen a los poliamorosos se deben discutir cada vez. Y con cada nueva relación, los acuerdos establecidos en las precedentes pueden redefinirse. Los intercambios verbales son, en consecuencia, más frecuentes entre los poliamorosos. Además, con el fin de garantizar el respeto mutuo, es necesario desarrollar una comunicación en la que no estén presentes las presiones ni las manipulaciones: una comunicación auténtica, basada en escuchar al otro, la ausencia de prejuicios, la expresión de los resentimientos y la formulación de peticiones explícitas.

Los objetos de litigio (y existen tantos como en las parejas monógamas, si no más) deben ser tratados y no eludidos. Los poliamorosos favorecen para eso el consenso y la negociación, ofreciendo a cada uno un máximo de satisfacción en los acuerdos. Por eso, los compañeros no intentan ocultar información: cada uno debe estar en disposición de

formular una opinión con conocimiento de causa, y no sobre la base de informaciones sesgadas. De ahí el imperativo de la franqueza.

Cuidado sin embargo con no confundir franqueza y transparencia. Mientras que la primera es indispensable para conseguir una relación de calidad, la segunda es perjudicial. En efecto, cada uno debe tener la posibilidad de disponer de un jardín secreto donde cultivar los pensamientos y los recuerdos más íntimos. Ésa no es sólo una condición para el equilibrio psíquico, sino que también forma parte del atractivo erótico. El deseo despierta donde flota una brisa de lo desconocido, pero se apaga cuando el otro se ha vuelto totalmente previsible. Una parte de misterio es esencial para mantener el deseo: volverse transparente es lo mismo que ser invisible.

Entonces, ¿no es ésa la puerta abierta a las pequeñas mentiras y a los demás secretillos que son los atributos de la vida amorosa clásica? No, porque la diferencia entre franqueza e hipocresía es muy importante: la primera no esconde nada para complacer, para manipular, para obtener un beneficio, para controlar las emociones del otro (por ejemplo, para no herir) o por rencor; calla para preservar la intimidad. La segunda, al contrario, utiliza el secreto con fines estratégicos, para alcanzar un objetivo preciso.

Ser poliamoroso no significa convertirse en un integrista de la transparencia. Al contrario, una de las reglas que se aplica con frecuencia entre los poliamorosos activos, es decir, que mantienen varias relaciones sentimentales y carnales paralelas, es no divulgar los detalles de la intimidad sexual con una persona a otra de las parejas. Decir con quién se está saliendo, sí; decir qué se hace y en qué po-

sición, no. Esto se considera una falta de respeto hacia la pareja cuya vida privada se está divulgando.

### 3. No posesividad

El respeto mutuo y la comunicación franca no son valores sólo para los poliamorosos. La parejas tradicionales reivindican a menudo las mismas formas de conducta. Una diferencia irreductible aparece en el tercer principio fundamental del poliamor: la no posesividad.

Los amantes exclusivos llegan a pensar muy pronto que su pareja les pertenece. Y si no su espíritu, al menos su cuerpo, y como mínimo su sexo. Incluso la masturbación puede estar prohibida porque se percibe como una infidelidad (como más de un 90% de los hombres se libran al placer solitario, semejante concepción hace saltar todas las tasas de infidelidad).

La posesividad es uno de los resultados directos de la exclusividad: el que acepte entregar la satisfacción de todas sus necesidades afectivas y sexuales en manos de una única persona hará bien en tenerla controlada. Es más, debe empezar a controlarla para estar seguro de que no le va a faltar de nada. Incluso exigirá ciertos comportamientos por su parte, siendo el débito conyugal un ejemplo clásico (¡aunque sea triste decirlo!). Además, cualquier otra relación puede representar una amenaza, pues es susceptible de debilitar esa exclusividad y, por tanto, puede traer consigo carencias. En ese momento entran en escena los celos y todo su sórdido cortejo: vigilancias, interrogatorios, restricciones de contactos con el exterior, desconfianza e incluso desvalorización (una persona desvalori-



zada toma menos la iniciativa para encontrarse con otras personas).

La posesividad lleva a considerar al otro como un objeto, una cosa de la que uno puede disponer a su antojo. Es una manera de alienar su libertad, de faltarle al respeto.

Los poliamorosos, por su lado, parten del principio soberano de que ellos no pueden poseer a nadie: cada persona pertenece a sí misma durante todo el tiempo y, en consecuencia, es totalmente libre de actuar como quiera. Para ellos, el amor preserva la libertad, no la coarta.

Este valor no sólo es lo más característico del movimiento poliamoroso, sino también el más difícil de llevar a la práctica a causa del fuerte condicionamiento cultural sobre este aspecto. No podemos olvidar que la sociedad occidental se fundamenta en el derecho a la propiedad: mi casa, mi terreno, mi coche, mi trabajo, mi mujer, mis hijos e incluso... mi amante.

Los fundamentos de la monogamia como estructura social se inspiran en ese apego a la propiedad. El patrimonio y la fortuna se deben transmitir, habitualmente por sucesión. Para eso, es necesario un heredero, si es posible consanguíneo. Como un hombre no podía estar nunca seguro de que el niño que llevaba su esposa fuera de verdad suyo (antes de la invención de los tests de paternidad), debía preocuparse de controlar estrictamente el acceso a la mujer. Era como si el matrimonio le asegurase la posesión exclusiva del útero de su pareja, siendo ésta la garantía de que sus descendientes «descendían» verdaderamente de él: «¡Tú serás mi heredero, hijo mío!».

Un discurso sobre los valores nos lleva al aspecto ideal de las cosas. La realidad es evidentemente más diversa: una divergencia entre las líneas directrices y su aplicación es inevi-

table. Por tanto, no se trata de pretender que los poliamorosos son seres excepcionales desde ese punto de vista. Como todo el mundo, intentan aplicar los valores en los que creen, sin pretender alcanzar la perfección. Las faltas, más o menos importantes, jalonan su camino: crisis de celos, presiones y manipulaciones, control y chantaje, etc.

Hay que señalar que la violación de los valores y de los códigos poliamorosos se condena con el mismo vigor que en el caso de las parejas monógamas, e incluso con un poco más de severidad, como en el seno de otras minorías que intentan defender su imagen ante la opinión pública, mayoritariamente crítica con ellas.

#### ¿CÓMO CONVERTIRSE EN POLIAMOROSO?

He elegido conciliar la perennidad del amor y los imprevistos del deseo.

#### F. SIMPÉRE

La pregunta quizá debería plantearse al revés: ¿cómo se convierte uno en monoamoroso, es decir cómo se adhiere uno a la exclusividad sentimental? En efecto, desde los inicios de nuestra vida amorosa vivimos toda una serie de atracciones múltiples: nos atraen las chicas o los chicos, después más concretamente las rubias, las intelectuales, los artistas o los morenos, las deportistas, los trabajadores, etc. Estas atracciones repetitivas están limitadas por el condicionamiento social que hayamos sufrido y que nos lleva a considerar que el amor sólo puede conjugarse en singular. Aprendemos así a renunciar a nuestra capacidad poliamorosa innata, hasta persuadirnos de que ésta nunca ha existido.

Para el individuo concreto, la toma de conciencia de su disposición poliamorosa, si es que ocurre, es comparable al descubrimiento de su orientación sexual (sobre todo si ésta es minoritaria). Para ello no es necesario vivir una experiencia concreta: de la misma manera que hay homosexuales casados pero muy conscientes de la naturaleza de sus atracciones, existen poliamorosos solteros. Esta toma de conciencia marca a veces un punto de inflexión en su existencia. Antes de ella, a pesar de la represión, la inhibición o la negación, no son capaces de encontrar la paz interior, tienen la impresión de ser diferentes, de estar aislados. A través de una maduración progresiva, la realidad se impone poco a poco, hasta alcanzar claramente la conciencia: «Sí, soy capaz de amar a muchas personas simultáneamente». Después de ella, cada uno puede aceptar o rechazar vivir de acuerdo con lo que ha descubierto. No se elige ser poliamoroso por comodidad, uno se rinde a la evidencia o se resiste a la misma.

La analogía con el descubrimiento de la orientación homosexual va más allá. Como la presión social tiende a marginalizar a las minorías, a considerarlas como anormales o enfermas, muchos intentan resistirse a sus aspiraciones profundas y fundirse en la masa. Así, numerosos poliamorosos se lanzan por los caminos de la monogamia, sin creer realmente en ella, pero por resignación o por miedo a parecer inmorales o indecentes... hasta el momento en que les atrapa su naturaleza profunda. Algunos se embarcan entonces en aventuras extraconyugales a escondidas y se adhieren fervientemente a la hipocresía hasta el punto de condenar a los que se declaran abiertamente poliamorosos. ¿Cuántas condenas amargas sobre el modo de vida de los demás están dictadas en realidad por el temor de saberse como ellos o por una envidia no declarada?

La toma de conciencia de nuestra disposición poliamorosa es una etapa crucial. Como tal, no necesita forzosa-mente experiencias concretas, de la misma manera que descubrimos nuestra orientación sexual antes de enamorarnos de una persona concreta. Queda aún la decisión de mostrarse en público, de *salir del armario*. Por miedo a quedar estigmatizado o ser rechazado, muchos no dan ese paso. Hay que resaltar que la falta de modelos con los que identificarse no facilita la tarea de los poliamorosos.

Otra resistencia reside en la dificultad de encontrar una pareja que también sea poliamorosa o por lo menos esté dispuesta a compartir su amor. Uno se pregunta cómo reaccionará la otra persona al conocer nuestra aspiración poliamorosa, uno teme no ser tomado en serio o un rechazo total. También es verdad que mucha gente no se imagina siquiera la posibilidad del poliamor: para ellos, se ama a una persona o no se ama a nadie. No se puede concebir nada entre medio. En consecuencia, no es nada previsible encontrar otros poliamorosos y aún menos poliamorosos que lo tengan asumido.

Los caminos hacia el poliamor son a menudo escarpados y resbaladizos, las opiniones de las «personas de bien» rara vez son benevolentes. ¡Esas opiniones han desanimado a más de uno! La forma más natural de ingresar en el poliamor aún sigue siendo iniciar una relación amorosa monógama, pero sin la intención de que sea definitiva, y teniendo la delicadeza de advertir a la otra persona. Cuando aparezca un nuevo amor se le dirá de inmediato en vez de esconderlo, evitarlo o vivirlo considerando que el anterior ha terminado.

""Por tanto, ¿dónde comienza realmente el poliamor?

- Una persona comprometida que siente una fuerte atracción por un tercero pero que se resiste, ¿es ya poliamorosa?

- Una persona que continúa sintiendo una tierna atracción por un ex amante o una ex pareja aunque está comprometida en una nueva relación sentimental, ¿es ya poliamorosa?
- Una persona que tuvo un apasionado amor de juventud, pero a la que la vida llevó a casarse con otra pareja, y que lo reencuentra en el atardecer de su vida, ¿es ya poliamorosa?
- \* Una persona que vive en pareja y que tiene una aventura en Internet, ¿es ya poliamorosa?
- \* Una persona que es fiel (en el sentido de la exclusividad) a su pareja, pero que nutre de vez en cuando sus fantasías sexuales con caras conocidas o desconocidas, ¿es ya poliamorosa?

EL POLIAMOR, ¿UNA SOLUCIÓN MILAGROSA?

¿El secreto de la longevidad de nuestro matrimonio?  
Un buen restaurante dos veces por semana.  
Cenar a la luz de las velas y con música dulce...  
Ella el martes, yo el viernes.

#### H. YOUNGMAN

Hasta aquí hemos presentado la cara más noble del poliamor. A ojos de algunos puede parecer un ideal. Pero no nos equivoquemos. El poliamor no se diferencia del amor en general, porque sigue siendo profundamente humano. Su puesta en práctica tropieza con los mismos obstáculos en la realidad cotidiana: impaciencia, animosidad, decepción, etc.

El juego del amor se muestra a veces cruel: el del poliamor se puede volver policruel. Con cada nueva relación,

el poliamoroso debe asumir riesgos porque se adentra en ella con sinceridad. Se multiplican, por tanto, las ocasiones de sufrir: negativa por parte de una persona con la que se quiere iniciar un idilio, opiniones negativas y rechazo (incluso del estado poliamoroso), final abrupto de una relación, decepción sentimental, mal de amores, sufrimientos, todo ello en plural.

Además, allí donde esté presente la sexualidad, las zonas de vulnerabilidad se multiplican: ¿estaré a la altura? ¿Soy seductor, deseable? ¿Lo he hecho bien? ¿Soy un buen amante? ¿Qué pensará de mí? Al demonio de la comparación le encanta introducirse en el lecho de los poliamorosos.;

El poliamor no es una solución milagrosa a los problemas de la vida y del amor. De hecho, no es ni siquiera la solución a ningún problema. Se trata de un estado de hecho para ciertas personas que aspiran simplemente a vivir en paz sus ideales, a resguardo de las opiniones negativas de la sociedad.

**Ser** poliamoroso consiste en...

*... abrirse al amor y responder favorablemente cuando se presente;*

*... trabajar continuamente sobre los celos y la posesividad;*

*... establecer con respeto las relaciones amorosas elegidas y cuidarlas;*

*...esforzarse en comunicarse de forma clara y auténtica con sus parejas, renunciar a las mentiras, los engaños y la manipulación;*

*... cultivar un espíritu de gratitud por lo que se recibe más que exigir sea lo sea de sus parejas;*

*... aceptar que tendrá que enfrentarse a la incomprensión, la desaprobación y el rechazo de los demás.*

Los poliamorosos han empezado a agruparse en asociaciones para defender sus derechos y promover su causa. Están en el origen de diversas reivindicaciones sociales.

## Las objeciones más frecuentes al poliamor

**Cuando uno ve ahogarse a su perro, dice que tiene la rabia.**

REFRÁN POPULAR FRANCÉS

Con su forma radicalmente abierta de considerar el amor sentimental, el poliamor suscita interés, pero también grandes reticencias por parte de muchas personas. Los defensores de los modelos tradicionales del matrimonio y de la familia ven en él una amenaza para el orden social. Los moralistas, al igual que los fieles de ciertas corrientes religiosas, claman contra la decadencia y a la perdición. Muchos amantes no quieren ni oír hablar de él, presagiando las penosas horas de celos que prefieren evitar a sus parejas.

El poliamor causa temor porque toca al ser humano en lo que le es más esencial: su capacidad de amar (y de pensar el amor). Algunos, antes de arriesgarse a una introspección perturbadora, prefieren ignorar el tema. Otros lo combaten directamente invocando a Dios, los textos sa-